

كتاب
اليوم الطبى
أزواج وزوجات
أمام الطبيب النفسى
الدكتور : عادل صادق
الجزء الثانى من أسرار البيوت فى العيادة النفسية



قطاع الثقافة

كتاب اليوم الطبى

رئيس مجلس الإدارة :

إبراهيم سعده

رئيس التحرير :

الدكتور/ رفعت كمال

سبتمبر ١٩٩٦

العدد ١٧٤

أسعار كتاب اليوم فى الخارج

الجماهيرية العظمى	١	دينار
المغرب	١٥	درهم
لبنان	٢٥٠٠	ليرة
الأردن	١٥٠٠	فلس
العراق	٧٠٠٠	فلس
الكويت	١	دينار
السعودية	١٠	ريالات
السودان	٣٢٠٠	قرش
تونس	٢	دينار
الجزائر	١٧٥٠	سنتيما
سوريا	٧٥	ل.س
الحبشة	٦٠٠	سنت
البحرين	١	دينار
سلطنة عمان	١	ريال
غزة	١٥٠	سنت
ج. اليمنية	١٥٠	ريال
الصومال نيجريا	٨٠	بنى
السنغال	٦٠	فرنك
الإمارات	١٠	درهم
قطر	١٠	ريال
انجلترا	١,٧٥	جك
فرنسا	١٠	فرنك
ألمانيا	١٠	مارك
إيطاليا	٢٠٠٠	ليرة
هولندا	٥	فلورين
باكستان	٣٥	ليرة
سويسرا	٤	فرنك
اليونان	١٠٠	دراخمة
النمسا	٤٠	شلن
الدنمارك	١٥	كرون
السويد	١٥	كرون
الهند	٣٥٠	روبية
كندا امريكا	٣٠٠	سنت
البرازيل	٤٥٠	كروزيرو
نيويورك واشنطن	٣٥٠	سنتا
لوس انجلوس	٤٠٠	سنت
استراليا	٤٠٠	سنت

● الاشتراكات ●

جمهورية مصر العربية

قيمة الاشتراك السنوى ٤٨ جنيها مصريا

البريد الجوى

دول اتحاد البريد العربى ٢٥ دولارا

اتحاد البريد الافريقى ٣٠ دولارا

أوربا وأمريكا ٣٥ دولارا

أمريكا الجنوبية واليابان واستراليا

٤٥ دولارا أمريكيا أو ما يعادله

● ويمكن قبول نصف القيمة عن ستة شهور

● ترسل القيمة إلى الاشتراكات

٣ (أ) ش الصحافة

القاهرة ت : ٥٧٨٢٧٠٠ (٥ خطوط)

● فاكس : ٥٧٨٢٥٤٠

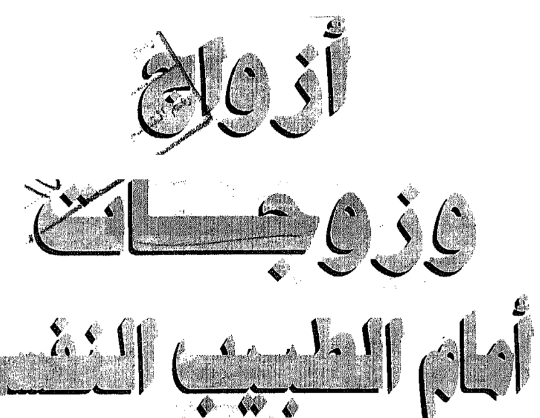
● تلكس دولى : ٢١٠ ٣٠٣٢١٠

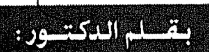
● تلكس محلى : ٢٨٢



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى







عادل صادق

أستاذ الطب النفسى
كلية الطب جامعة عين شمس

الإشـــراف الـفـنـى :

خـــالــد فــرحـــات

الغــلاف بريشـــة :

عمـــــرو فـهـمـى

مؤلف هذا الكتاب

الدكتور عادل صادق

— أستاذ الطب النفسى والأعصاب بكلية الطب ـ جامعة عين شمس .

— دكتوراة الطب النفسى .

— زميل الكلية الملكية للأطباء النفسيين بلندن .

— زميل الجمعية الأمريكية للطب النفسى .

— سكرتير عام الجمعية المصرية ـ الفرنسية للطب النفسى .

— عضو مجلس إدارة الجمعية المصرية للطب النفسي .

— عضو الاتحاد العالمى للطب النفسى .

— مستشار هيئة الصحة العالمية فى الطب النفسى .

— عضو الجمعية المصرية ـ الأمريكية للطب النفسى .

— رئيس تحرير مجلة « تحديث الطب النفسى » .

— ممتحن خارجى فى جامعة لندن .

— حاصل على جائزة الدولة فى تبسيط العلوم عام ١٩٩٠ .

— صاحب أكثر من مائة بحث علمي منشور فى المجلات العلمية المحلية والعالمية .

— صدر له ٢٥ كتابا فى الطب النفسى .

— تخرج على يديه مئات من الأطباء النفسيين الحاصلين على الماجستير والدكتوراة والذين يعملون فى مصر والبلدان العربية وجميع أنحاء العالم .

أسرار البيوت فى العيادة النفسية



الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

كارثة: والسبب حرمان الأرملة من الزواج

سألتها : كم عدد أيام الاسبوع
قالت : ثمانية ..
سألتها : كم عدد أصابع يدك ؟
قالت : أربعا
سألتها : كم الساعة الآن .. ؟
قالت : اننا نقترب من الفجر . !
وانفجر بركان الغضب حولها ..
هذه الأرملة الشابة ..التى حضرت إلى العيادة النفسية مع أهلها عندما تدهورت حالتها بعد أن رفض الجميع الزواج منها للمرة الثانية!!

● **اللقـــاء الأول :**

مظاهرة .. الضحية وأربعة يحيطون بها.. ملامحهم متشابهة تنبىء برابطة دم من الدرجة الأولى يؤكدها جزعهم الواضح والمبالغ فيه ربما لاحساسهم بذنب غير مقصود أدى الى وجودهم جميعا حولها.. الأم تحتضنها، والأب ممسك بيدها والأخت تساند ظهرها، والأخ لم يجد له مكانا للمشاركة فأثر الابتعاد..

هى انفصلت عنهم بوعيها رغم ملاحقتهم لها .. شبه غائبة ..

وعيها لم تفقده بالكامل .. فبدت مذهولة الوجه .. متصلبة الجسد بارادة النظرات ..

أجلسوها فجلست .. توجهت ثمانى عيون نحوى وانطلقت أربعة السنة فى وقت واحد .. لم أفهم شيئا ..

أشار الأب عليهم بالسكوت وبدأ يتكلم .. بعد كلمة واحدة أو جزء من كلمة انطلق لسان الأم .. لم أفهم شيئا .. رفعت يدى إشارة لهم جميعا بالسكوت .. استدرت إلى المريضة .. تكلمي أنت .. مالك .. إيه اللى بيتعبك ؟..

● خرج منهـا صوت طفلة فى الخامسـة رغم أن عمرهـا قد تجاوز الثـلاثين تقريبـا .. بعض حـروف كلماتها غير واضحـة أو مستبدلـة بحـروف أخرى .. « الـراء » تنطق « لام » « والشـين » تنطق « سـين » .. تماما كطفل لا يجيد الكلام ..

● لم تستطع الأم الالتـزام بـالصمت .. وضـاعت كلماتها بفعل حشرجـة بكائهـا .. فـانهار الأب وعبر عن أسفه وتحسره بضرب أحـد كفيه بالآخر وكأنه ينفض يديه من شىء علق بهما ..

● نظرت المريضة إليهما واكتسـى وجهها الذاهل بابتسـامة بلهاء وكأنها متخلفة عقليا لا تدرك حزن والديها من أجلها..

● ظهـر الغضب على وجه شقيقهـا.. استثـارتـه ابتسامتهـا إزاء انهيار والديه: دى بتمثل يادكتور.. بتدعى انها مجنونة أنا عارف هى بتعمل كده ليه.. غضبه ساعد على تماسكه.. فطلبت منه أن يحكى لكى أفهم.. وكانت القصة كالآتى:

المريضة أرملـة فى الثالثـة والثلاثين من عمـرها.. مـات زوجها فى حادث منـذ ثلا ث سنوات تاركـا ثلاثة أطفال أكبرهم الآن فى التـاسعة وأصغرهم فى الرابعة ومعاشا ضخما وشقة تمليك.

● أبت أن تغـادر شقتهـا الى منـزل الأسرة، فأقـامـت فيهـا مع أطفالها..

وتبادل أفراد أسرتها الاقامة معها..

● انصرفت الى تربيـة أطفالها بعد أن أقسمت فى يوم وفـاة زوجها ألا تتـزوج مدى الحيـاة، وأعطت وعـدا بذلك لأسرة زوجها.. كـانت صـادقة الـوعـد لهم، ولكن ذلك لم يمنعهم أن يلحـوا بأخذ الأطفـال والشقة قبلهم فى حالة حنثها.. أما أسرتها فكـانت أكثر تأكيدا وحرصا على عدم زواجها حرصا على الأطفال..

● انصرف كل إلى حـالـه بعد أن اطمئنـوا الى وعـدهـا.. ووجدنـا

واجهت كل الأعبـاء.. واكتفى الجميع من حين لآخـر بتـوجيـه كلمات الاعجاب والتقديـر لتحملها مسئوليتها دون مشاركـة فعلية من أحد.. مسئولة عن إطعامهم وتـربيتهم وتعليمهم وصحتهم.. ومسئولة أيضا عن كبت مشاعرها بالوحدة..

ومن وقت لآخـر كانت تسمع تـوجيهات مهذبـة من الأسرتين، بأن عليها أن تكـون حذرة فى كل تصرفـاتها وتحركاتها حتـى لا تتعرض للقيل والقال.. وكان ذلك أكثر من قدرتها على الاحتمال..

● قضت ثـلاث سنـوات وكأنها ثلاثين عـامـا.. شعـرت بذبـول الجسد وذبول الـروح بين الجدران الصماء الباردة.. فقررت أن تعمل دون أن تكـون فى احتيـاج لمال.. عـارضهـا الجميـع بقسـوة.. فـاستسلمت.. ولكن بدأت تتـدهور صحيـا.. لازمها الصـداع.. وآلام المعدة.. وتنميـل الأطراف.. واضطراب الـدورة.. وأقسـى المتاعـب كان الأرق..

فسمحوا لها بـالعمل بشرط الانضباط الشديد فى المواعيـد.. وقرر أبـوها أن ينتقل لـلاقامـة معهـا بصفة دائمـة بعد إحـالته للمعـاش، والهدف الخفى كان ملاحظة تحركاتها ومواعيـدها.. أفزعهم خروجها للعمل.. إشتموا من ذلك رائحة تمرد..

● تحسنت حـالتها الصحيـة، وظلت على التـزامها وضـاعفت من اهتمامها بأطفالها تعويضا عن الساعات التى اقتنصـها العمل.. شـىء واحد لم يفـارقها.. الأرق والاحساس بالبرودة والتى تـرددت بسببها على العديـد من الأطباء دون فائدة.. وفجأة أعلنت الجميع بقـرار كان صاعقة عليهم: زميل لى يريد أن يرتبط بى ولقد وافقت..

أسرة الزوج كـانت أكثر لبـاقة. وكأنها كـانت تتوقع ذلـك، فبدأت بحوار هادىء حـول ضـم الأطفال وأخذ الشقة.. أمـا أسرتها فانفجرت كبركان.. انطلق من البركان كلمات صفعتهـا بعنف يتساوى مع عنف

صفعة أبيها لأول مرة: كارثة ـ فضيحة ـ مصيبة ـ الأولاد ـ الشقة ـ ستطلقين بعد حين بعد ضياع الأولاد والشقة.. ثم يهدأون بعض الوقت لتنطلق حمم ملتهبة من نظراتهم الصامتة.. كلها تحمل تساؤلا واحدا: لماذا الزواج..!! وكجندى تخلف عن الانسحاب فحاصرته طائرات العدو فقرر بدون وعى أن يغيب عن الوعى استعدادا للموت لا يريد أن يشعر به.. غابت هى عن وعيها ثلاثة أيام متوالية.. أفاقت وهى على هذه الحالة: تخطىء فى أسمائنا.. تدعى أن لها أربعة أطفال تقر أن عمرها عشرين وأحيانا خمسين.. الاسبوع ثمانية أيام.. وبكل يد ست أصابع.. هى تدعى أم فقدت عقلها..؟ لا تدرى!! تبدو وكأنها منومة.. تتحدث كالأطفال وأحيانا تحبو مثلهم.. وللأسف فإنها أحيانا أيضا تتبول كرضيع.. أرجو فحصها لنعرف حقيقة أمرها..

● **اللقــــاء الثـانى :**

● لا أصدق ياطبيب اننى كنت فى هذه الحالة!!

ـ لقد كنت مشوشة الوعى، ولهذا صدرت عنك هذه التصرفات الغريبة..

● اننى لا أتذكر شيئا عن هذه التصرفات.

ـــ وهذا يؤكد الخلل الذى أصاب وعيك..

● وكيف عدت بى الى حالتى الطبيعية؟

ـــ كنت محتاجة الى أن تتكلمى.. أن تعبرى عن نفسك.. أن تخرجى مشاعرك على لسانك لتسمعها أذناك وأسمعها منك.. هذا وحده كاف لأن يهدأ الاحتقان ويعود إليه وعيه الكامل..

● وما تشخيص حالتى..؟ لماذا أصبت بهذه الحالة..؟ اننى أشعر وكأننى كنت فى سفر بعيد.. فى أرض غريبة.. أشعر كأننى كنت فى حلم طويل وأفقت منه..

ولا أتذكر شيئا من أحداثه.. أشعر كأنك سحبتني من بئر مظلمة سحيقة.. ذاكرتي مفقودة عن تلك الأحداث التي مرت بي. حين أحاول استرجاعها لا تسعفني ذاكراتي إلا بأشباح غير محددة الملامح وأصوات تبدو مبهمة تجيء من بعيد كالصدى. أرجوك أن تعود بي الى تلك المرحلة لأتعرف عليها..

....

● **اللقـــاء الثالث :**

أول من وصف حالتك طبيب نفسي إسمه جانسر في عام ١٨٩٨.. وسميت الحالة بإسمه.. أي انك كنت تعانين من حالة «جانسر».

واحتار العلماء في طبيعة هذه الحالة.. هل هي حالة نفسية أم عقلية؟.. هل هي هستريا أم اكتئاب أم فصام؟.. بل وصل بهم الأمر الى الاعتقاد بأنها ادعاء!.. أي محاولة تمثيل المرض العقلي.. ولأنها أكثر انتشارا بين من يقضون حكما بالسجن أو من ينتظرون حكما بالاعدام، فقد أطلق عليها «ذهان السجن».: فالسجن معناه ألا مفر.. والاعدام معناه النهاية.. وذلك أمر قد لا يحتمله العقل الواعي..

ولهذا يحدث انفصال.. انفصال العقل عن الواقع. والنكوص الى مرحلة الطفولة حيث لا مسئوليات ولا صراعات.. حيث لا مستحيل وأن كل شيء ممكن.. حيث النجاة مؤكدة.. وهي حالة تشبه المرض العقلي.. فالمريض العقلي منفصل عن الواقع.. وأبرز أعراض تلك الحالة هي الاجابات التقريبية.. لقد أعطيتك بعض المسائل الحسابية فكانت اجاباتك على النحو التالي: ٢ +٤ = ٧، ٣+٤ = ٨، ٥+٥ = ١٠، ٦-٣=٣، ٥-٢ = ٢،..

سألتك عن عدد أيام الاسبوع فكانت اجابتك انها ثمانية أيام.. سألتك عن عدد أصابع يدك اليمنى فكانت إجابتك انها أربع..وهكذا..

هذا يعنى انك فهمت المقصـود من السؤال ولكنك أجبت إجابة خـاطئة تماما كما يحدث مع الطفل..

— سألتك عن الوقت فقلـت اننا فى الفجر رغم اننـا كنا فى منتصف النهار..

● مثل هذه الاجابات عن هـذه الأسئلة البسيطة حين تصدر من انسان متعلم تبدو وكأنه يسخـر أو انه يحاول أن يدعى أنه مصاب باضطراب فى عقله.. ولذلك كان الشك فيمن يصابون بهذه الحالة: هل هم مرضى حقيقيون أم انهم يدعـون المرض لكى يحققوا مكسبا من هذا الادعاء..

والذى يزيد من الشك ان هـذا المريض قد يجيب على سؤال بأنه لا يعرف..

● أرجوك أن تصدقنى أننى لم أكن أدعى أى شىء.. فأنا لا أتذكر شيئا عن هذه الفترة.. وإذا كـانت تلك الاجابات السـاذجـة الخاطئة قد صـدرت منى فعـلاً فإننـى لا أستطيع أن أقـدم لك تفسيرا لماذا كنت أجيب بهذه الطريقة..

— أنـا لا أقصـــد أن الطب يشك فيـك.. ولكن الشك يأتـى من المحيطين بالمريض.. فأنـا أصدقك تمامـا.. فهذه الحالـة ليست ادعاء كاذبـا، كما أنها لا تتم على مستوى العقل الواعى.. الحالة مصـدرها العقل الباطن أو اللاشعور..

— الذى يـؤكد ذلك العرض الثانـى للحالة، وهو تشـوش الوعي.. فالمريض يبـدو كالمذهول أو المأخوذ.. لا يستطيع أن يـركز نظره على شىء محدد، متجمد الـوجه أو قد يظهـر قلق مبهم على ملامحه.. غير مدرك للـزمان أو المكان ويجد صعـوبة فى الانتباه الى أى شىء حـوله مع اضطراب واضح فى ذاكرته للأحداث البعيدة والأحداث القريبة..

وقد تضطرب حركته فلا يستطيع المشى وقد يتخشب مكانه، كما

يفقد الاحساس فلا يشعر بوخز الابرة أو بلسع النار..

● لا أستطيع أن أتصور انني كنت أمر بهذه الحالة أريد أن أعرف الآن لماذا أصبت بها.. ولماذا تصيب أى انسان..

● كما ان لنا طاقة جسدية تستطيع أن تتحمل الى حد معين. بعدها تخور قوانا ونقع.. فإن لنا طـاقة نفسية لا تستطيع أن تتحمل إلا إلى قدر معين..

والجسد معاناته واضحــة، أى ظاهرة للعين المجردة.. عين الطبيب وغير الطبيب.. وكلنــا تعودنا أن نعبر عــن آلام جسدنــا.. أن نقول «آه» فيسمعنــا الآخــرون ويشعــرون بنــا، ويتعــاطفــون معنــا ويهبــون لمساعدتنا.. فلا عيب ولا حرج..

ونتهم انســانــا بالظلم وغلظــة القلب إذا ضغط على انســان آخــر وأرهقه جسديا أو إذا لم يستمع الى أنين جسده..

كل هذه الحقــوق التى منحناها للجسد أنكرنــاها على النفس.. أولا لأنها شىء غير مــرئى.. أى اننا لا ندركُهــا بأعيننــا.. وإنما نحتاج لأن ندركهــا بمشـاعرنــا.. إذا أردنا أن نسمع الى أنين النفس البشريــة فإننا نلجأ الى آذاننــا الداخليــة.. آذان معلقــة فى الوجـدان.. وذلك يتطلب أن تكــون لنا القــدرة على أن نضع أنفسنــا فى مكـان هذا الانســان حتى نتخيل كيف يشعر، ثم نشعــر كما يشعر.. أى أن نتألم كما يتألم هو.. وذلك مالا يستطيعه أى انسان.. لأن كل انســان له شخصية خاصة به.. له مشاعر وأفكار مختلفة.. لــه ظروف واحتياجات مختلفة فإننا لا نستطيع أن نتصــور قدر احتمالــه.. قدر معــاناتــه.. حجم الأنين الصادر عن نفسه..

ولهذا فالانسان غير مــدرب وغير مؤهل لأن يستمع الى انين نفس انسان آخر..

ولأننــا أحيانــا نكون مسئــولين عن معــاناة هــذا الانسان، فإننــا

نرفض أن نشعر بـه.. نرفض أن نتحمل مسئولية الاحسـاس بآلامه.. ولأننا أحيانا نكون أنانين ولا نبحث إلا على مصلحتنا وما يرضينا ـ وذلك قد يكـون على حساب انسـان آخر فإننـا لذلك نـرفض آلام هذا الانسان وقـد نتمادى فى الضغط النفسى عليـه.. فتزداد آلامـه الى حد لا يتحمله.

وهنا لا يكون أمامه إلا أحد ثلاثة سبل: إما أن يتخلص من حياته، وإما أن يصـاب بالجنـون فيستريح لانفصالـه الاجبارى عـن واقعه المؤلم.. وإما أن ينفصل بجـزء من وعيه فيظل مرتبطا بـواقعنا بخيوط غير مرئية ولكنه يبدو وكأنه منفصل تماما..

العقل الباطن هو الـذى يقوم بعملية الانفصال هـذه.. انه دفاع عن النفس وحمايـة لها من الجنون أو الانتحـار.. انها اجازة من الـواقع المؤلم.. راحـة اجبـاريـة يفـرضهـا العقل البـاطن.. فـالأمـر لم يعـد محتملا.. وحل المشكلة مستحيل.. والفرار منها غير ممكن..

إذن لا حل.. «ولا حل» هـذه معنـاهـا اليأس.. والأسى.. والألم.. معناهـا أن الحياة نفسها لم تعـد تحتمل.. والناس لا تـرحم.. لا أحد يريـد أن يشعر بفداحة مشكلتى وصعـوبة موقفى.. لا أحد يـريد أن يرفع عن كاهلى بعض الضغوط.. بل هم يضطرون أكثر وأكثر..

لا حب ولا تعـاطف.. لا تقديـر ولا مشاركـة.. على أن أتحمل كل شيء وحدى ولا أشكـو.. ولكنى لا أستطيع تحمل المزيـد.. فالموقف لا يحتمل ولا أحد يدرك أو يريد أن يشعر بذلك.. فلا هرب.. فليذهب وعيى. وبذلك لا أرى المشكلة ولا أعيشها.. فـلا أكون انسانا آخر.. انسان ليس لـه علاقـة بهذه المشكلة.. وليس لـه علاقـة بهؤلاء الناس الـذين لا يشعـرون ولا يقـدرون.. لعلهم ينتهـون.. فإذا مدوا يـد المسـاعدة فـلا عودة إليهم مـرة ثـانية فأنـا لم أنفصل بكل وعيى بل ببعض وعيى.. أنا مازلت مبقية على بعض الروابط..

إذا سألونى سؤالا سأجيب الاجابة الخطأ.. فهمى للسؤال يعنى اننى أعيش واقعهم.. إجابتى الخطأ تعنى اننى منفصلة عنهم.. سيظل وعيى غائبا حتى تمتد يد الى.. حتى يسمع أحد صرخاتى.. انها كصرخات الغريق الذى لابد أن تمتد اليه يد وإلا غرق.. وأنا أريد أن أغرق.. أنا أريد أن أعيش.. ولكن ساعدونى.. وبداية المساعدة تكون بأن تتفهموا ظروفى.. تتفهموا احتياجاتى.. تتفهموا قدراتى.. وهذا معناه الحب.. وبذلك أستطيع أن أواجه مشكلتى.. أستطيع أن أحلها.. أستطيع أن أتخذ قرارا دون خوف ودون صراعات تتجاذبنى وتمزقنى..

لا تطلبون منى أن أثبت شجاعتى بأن أقفز من الدور العشرين.. لا تطلبوا منى أن أثبت قدراتى على الصبر بأن وعيى احتمل النار على جسدى.. لا تطلبوا منى أن أؤكد سمو روحى بأن أمتنع عن الطعام والشراب حتى الموت..

لا تطلبوا ممن حكم بشنقه أن يظهر كبرياؤه ولا يصرخ مستنقذا..

....

●● وهل من الممكن أن يصاب أى انسان بهذه الحالة؟

— هذا يتوقف على عاملين: أولهما شخصية الانسان أى قدرته على التحمل والمواجهة.. وثانيهما حجم ونوعية الضغوط التى يتعرض لها هذا الانسان.. وهذه الحالة بالذات هى نموذج لمجموعة من الحالات الأخرى التى قد يتعرض لها الانسان اذا واجهته ضغوط أو مشاكل لا يقوى على مواجهتها أو حلها أو تحملها..

وقد يعبر الانسان عن معاناته النفسية بأن يصاب بالصداع أو القىء أو بالآلام فى كل جسده أو بأن يفقد الاحساس أو بأن يفقد وعيه.. أو بأن يقرر — لا شعوريا — بأن يغادر المكان والناس، ويهرب بعيدا تاركا أيضا ذاكرته. المحور الأساسى فى كل هذه

الحالات هو الهروب.. وذلك كما قلت يتوقف على نوعية الشخص غير القادر على التحمل أو المواجهة..

ولكن هناك ضغوطا تفوق احتمال أى انسان.. ضغوطا يكون مصدرها غالبا انسانا آخر.. لنسانا قد يكون من أقرب الناس.. انسانا طاغية غلظ قلبه لا يهتز له وجدان وهو يضغط على عنق انسان آخر.. انسان استبد به الغرور وغرته قوته فتكبر.. انسان أنانى يسعى لتحقيق رغباته على حسابك وتجد نفسك مضطرا للحياة مع هذا الانسان أو للتعامل المستمر معه.. فإن حياتك تكتسب طعما مرا لا تستطيع أن تتخلص منه ويلازمك فى كل وقت.. يضيق صدرك حين تراه أمامك.. وتكره نفسك حين تضطر للحياة أو التعامل معه.. وتحاول أن تتماسك وأن تبتلع المرارة بل وتقهر نفسك على أن تعتاد هذا المذاق..

ولكن مع مرور الوقت ومع ازدياد الضغط تفقد قدرتك على الاحتمال وخاصة حين لا تستطيع مواجهته أو معاملته بالمثل كما لا تستطيع الهرب منه..

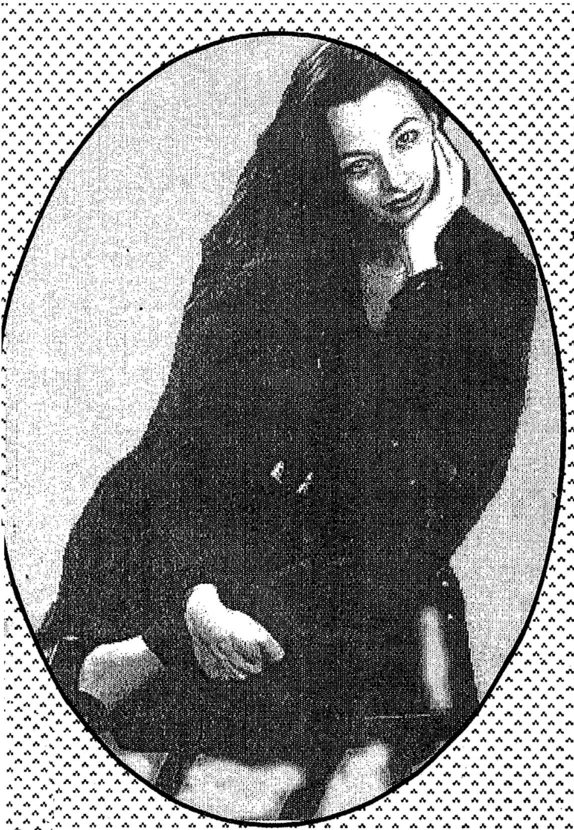
● هنا تبدأ الأعراض فى الظهور.. تبدأ بالأعراض الجسدية، الصداع والقىء والآلام والاحتياج للمهدئات من أجل النوم.. وفى الأزمات الحادة يحدث الانفصال عن الواقع فى (صورة جانسر) أو شرود أو حالة من النسيان أو غيبوبة..

● مشكلة الانسان أحيانا تكمن فى انه يعجز عن اتخاذ القرار.. إما لأن القرار ليس بيده .. أو لأن ظروفا معقدة تمنعه من اتخاذ القرار.. أو لأن بداخله خوفا وضعفا يعجزه عن اتخاذ القرارات الهامة والمصيرية فى حياته .. قرارات مثل الطلاق والزواج والهجرة وتغيير العمل .. إلخ .. وبالرغم من أن اتخاذ القرار يحل المشكلة، إلا أنه يتردد فى اتخاذه .. يظل فى حالة تردد دائمة .. يظل فى حالة تأرجح دائم ..

يأخذ القرار مع نفسه ثم يعدل عن قراره .. وذلك هو الصراع الذى يزيد من قلقه ويضعف من مقاومته ويجعله عرضة للنكسات النفسية فى أى من الصور التى سبق وصفها ..

والنصيحة هنا لا تجدى ، فهو يعرف القرار السليم ولكن المشكلة تكمن فى عجزه عن اتخاذ هذا القرار ..

ولا نستطيع أن نزيد معاناته بأن نوجه له اللوم على ضعفه .. فربما لو كنا فى نفس موقفه وظروفه لعجزنا مثله عن اتخاذ القرار الذى نراه سليما .. فالله وحده أعلم بخبايا نفس كل إنسان والتى قد يجهلها هو ذاته وذلك هو الأرجح ..



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

مجهول ينافسنى فى حب زوجتى !

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

هناك رجل آخر بيني وبين زوجي !
انني لا أعرف هذا الرجل..
ولكن.. زوجي يؤكد انه موجود ليس فى بيتنا.. ولكن فى قلبي!
ما أتعسني ..
ان الغيرة تنهش قلب زوجي دائما..
وأنا البريئة المعذبة.. التي تعيش فى نيران الشك والغيرة!
أحيانا يبحث الإنسان عن حل لمشكلته وهو يعلم عن يقين ألا حل لها..

لذلك فإنها حين بدأت تتكلم كان صوتها يجسد معنى كلمة اليأس.. ويأس إنسان يمكن ان تتعرف عليه من نبرات الصوت، مثلما يمكن التعرف عليه من ملامح الوجه وخاصة العينين حين ينطفىء بريقهما.. كما فى حالة الموت.. فنبض الحياة يضفى على العينين بريقا خاصا.. حين ينطفىء البريق فهذا يعنى الموت أو اليأس.. اذن اليأس شكل من أشكال الموت.. موت الأمل..

● قالت :

ما أفظع ان يشك إنسان فى اخلاصك ..

فى البداية لم أكن أفهم معنى نظراته وتصرفاته الغريبة..

نظراته أحيانا كانت تخيفني رغم عدم فهمى لمغزاها.. كل ماكنت أشعر به انها نظرات تجردت تماما من الحب.. نظرات جامدة كأنها تفحص أو تبحث عن شيء بإمعان.. تبحث عن شيء خفي.. كان يركز نظراته فى عيني وكأنه يريد أن يخترقهما ليقرأ مايدور فى رأسي..

كانت النظرات الجامدة الفاحصة تتبعني فى كل حركاتي.. كنت أشعر بها تخترقني حين كنت أعطى ظهري له.

وسرعان ماتتحول إلى نظرات ودودة.. مفرطة فى الود، وكأنها تحمل إعتذارا على مابدأ منها..

أفزعني أكثر سلوكه الغريب.. يعد العدة لسفر عمل يستغرق أياما ثم يفاجئني بالحضور على غير موعد.. يخرج لعمله ثم يعود بعد ساعتين رغم حساسية مسئوليته متحججا انه مريض.. أفاجأ به على مقربة من مكان عملي.. وفى البداية علل ذلك بالمصادفة ثم بوجود ارتباطات قريبة من هذا المكان ، وبعد ذلك عجز عن التعليل الذى لم أكن أطلبه منه.. وإنما كان يتطوع بتقديمه وكأنه كان يشعر بحرج.. ولو كنت سيئة الظن ـ فى هذا الوقت ـ لاعتقدت انه يراقبنى..

إذا رن جرس التليفون بالمنزل كان يقفز اليه دون مبرر من مسافة بعيدة ليرد هو.. وإذا تعذر عليه ذلك كنت أجده فوق رأسى وأنا أرد..

تطور الأمر بعد ذلك إلى تعليقات ضايقتنى تتعلق بملابسى وزينتى وخاصة فى حالة خروجى منفردة.. ولكنه يعتذر فى كل مرة رغم سوء وسخافة تعليقاته.. وكانت كلها تدور حول المحظوظ الذى اتزين له واستعد لمقابلته.. وحين عودتى كان يتأملنى بنظراته الجامدة الغريبة، وكان يفزعنى اقترابه منى بطريقة غير مألوفة لم أفهم وقتها انه كان يحاول ان يشم منى شيئا معنيا..

انفجر الموقف وتكشف لى الأمر تماما حين عدت يوما متأخرة قليلا عن المعتاد لظروف عملى.. وجدته واقفا خلف الباب.. انخلع قلبى هذه المرة لنظرات عينيه التى كانت تعكس عدوانا لم أخطئه..

نزلت الصاعقة فوق رأسى حين قال بصوت شرس:

مع من كنت.. ؟ .. لم استطع الاجابة.. كان كل مابداخلى يهتز.. لوى ذراعى وقرب وجهه من وجهى : شعرك مهوش ومكياجك مختلف عن الحالة التى خرجت بها.. وأيضا ملابسك.. إعترف.. مع من كنت. ؟ من هو. ؟ .. من هو.. ؟

بقوة لم أعهدها فى نفسى خلصت ذراعى منه وانطلقت الى حجرتى مغلقة بابها خلفى بالمفتاح.. لم أكن خائفة بقدر ماكنت مدهوشة عاجزة عن التفكير تماما.. اندفع خلفى وكاد يكسر الباب. فتحت له

ووقفت أمامه بهدوء لم اتعمده.. كنت كالميتة.. فجأة تغيرت حالته تماما.. هدأ كما تهدأ عاصفة على غير توقع.. وظل على مدى ساعة يعتذر وأنا مستمرة فى حالة صمت غير متعمد..

كنت عاجزة عن أن أنطق بحرف.. حتى دموعى لم أفهم سر انهمارها.. فبكل تأكيد لم أكن أشعر بأى حزن فى هذا الوقت..

تحسنت الأحوال بعد أيام وعاد شبه طبيعى .. وبدأت أنا شخصيا أنسى.. حتى جاء يوم اسود.. جاء من الخارج واندفع إلى حجرة النوم.. هرعت خلفه فوجدته واقفا على رأس السرير.. طلب منى أن أفسر سر التغيير الذى حدث فى ترتيبه الذى كان عليه وقت خروجه.. مال على الفراش وأخذ يشمه بطريقة غريبة.. دفعنى لأشم معه متسائلا عن هذه الرائحة الغريبة التى تنبعث منه.. انها رائحة رجل غريب.. اعترفى يا...

تركت المنزل إلى بيت أسرتى مصممة على عدم العودة.. طلبت الطلاق.. توسل واعتذر.. أظهر توبة نهائية.. أقسم بكل شىء على عدم العودة إلى هذا السلوك.. صفحت وعدت..

تسألنى لماذا رجعت.. رجعت لأنى كنت أحبه.. والحب يسمح لك بقدرة أكثر على المغفرة وأن تنسى الاساءة .. وتصورت اننى ربما أكون المسئولة عن سلوكه.. قطعت صلاتى بمعظم الناس.. لم أكن أخرج إلا للضرورة القصوى.. امتنعت عن استعمال المساحيق لوجهى.. وهدأت حياتنا تماما .. واعتقدت اننى نجحت فى علاجه وفى المحافظة على حياتنامعا.. حتى جاء يوم أكثر سوادا من أى يوم مر فى حياتى ..

فاجأنى أيضا على غير توقع.. طلب منى أن أنزل معه فورا.

— إلى أين .. ؟

● إلى حيث أثبت خيانتك يا..

— عدت إلى الهذيان مرة أخرى..

● المعمل سيثبت كل شىء.

أى معمل؟

● اعرف أنه كان معك الآن قبل حضورى.. الخيانة الكاملة وقعت الآن.. هذه هى فرصتى الوحيدة لأخذ عينة من داخلك تثبت معاشرته لك..

اندفعت بغير وعى إلى الشارع وهو خلفى.. انهال على ضربا.. خلصونى منه ذهبت إلى بيت أهلى..

الحياة معه أصبحت مستحيلة ليست فقط لصعوبتها وخطورتها.. ولكن أكثر لأن قلبى قد مات.. المضحك انه عاد يبكى من جديد طالبا الصفح..

● تسألنى ياطبيب ماذا انتظره منك..؟

— أريد منك أن تشفى جروح نفسى..

— أريدك أن تساعدنى على الخلاص منه..

— أريدك أن تساعده.. أبدى استعدادا للمجىء اليك.. فهل هو مريض!!

بداية أجيبك ياسيدتى على سؤالك الثالث.. وبعدها نحاول معا أن نجد الطريق لمساعدتك ومساعدته..

— هل هو مريض..؟

—نعم.. هو بلاشك مريض.. إنها الغيرة المرضية.. والشعور بالغيرة حالة وجدانية.. أى انها مرتبطة بعواطف الانسان.. وهى لغة عالمية.. فى الكبار والأطفال.. النساء والرجال.. وأيضا الحيوانات.. ويصعب على أن أضع لك تعريفا للغيرة.. ولكننى أستطيع أن أصفها لك.. لقد حاول ذلك الفلاسفة والشعراء والأدباء والفنانون وأيضا الأطباء.. كلهم وصفوها بدقة أكثر مما عرفوها. هى أقرب ماتكون إلى الخوف.. الخوف المرتبط بالرغبة فى الحفاظ على شىء يمتلكه

الانســـــان.. الخوف من الفقدان.. كالاحساس بالأسى حينما يفقد الانسان شيئا عزيزا عليه.

● الانسان هنا يشعر انه مهدد بأن يفقد هذا الشىءالذى يمتلكه .. هناك انسان آخر يريد أن يستحوذ على مـايمتلكه.. فالتهديد قادم من انســان آخـر .. هـذا الانســان الآخـر متميـز عنـه وإلا لما نجح فى أن يستميل زوجته .. وأيضا التهديد قـادم من الزوجة.. فهى قد اختارت أن تتركه.. واختارت الشخص الآخر.. هو يحبها ولكنه يكرهها أيضا.. يكـرهها لأنـها أكـدت إحسـاســه بالعجـز أو على الأقل بأنـه أقل من الانســان الذى اختـارتــه.. إذن فهناك خليـط من الحب والكراهيـة.. والكراهية تولد الغضب.. إذن شعور الغيرة هو خليط من العواطف..

....

والانسان الذى لا تنتابه مشاعـر الغيرة هو إنسان متبلد وجدانيا.. هذا الانســان تكون علاقته بـالناس وبالأشياء ميتـة.. فهو لا يسعى من أجل أن يمتلك شيئـــا.. وإذا امتلك شيئـا لا يحافظ عليـــه، فهــو لا يستشعر الخوف من احتمال فقـدان هذا الشىء.. وإذا فقـده فإنه لا يشعر بالأسى.. الانسان المتبلد وجدانيا ليس له طموح ولا يسعى من أجل التفوق.. والسعى من أجل التفـوق هو محاولة امتـلاك مالا يستطيع أن يمتلكه الآخرون..

إنها المنافســة من أجل الحصول على هذا الشــىء.. كالطـالب الذى يسعى من أجل أن يكون الأول.. أو كـالفرقة الريـاضية التى تسعى من أجل الحصــول على الكأس، أو الذى يـدخل فى مسابقـة من أجل الحصــول على وظيفـة أو جـائزة.. الانســان فى كل هـذه المحـاولات يحاول أن يتغلب وأن ينتصر على ضعفـــــه الموروث.. التغلـب على إحساسه بـالعجز.. وإذا امتلك الانسان الشىء الذى سعى إليـه فإنه يحافظ عليه لكى يستمر فى حالة معنويـة مرتفعة وليؤكد أحقيته بهذا الشىء.. انــه الطموح من أجل التفــوق النـابع من أحساس الانســان بالضعف والعجز..

والحب هـو انتصـار الانسـان على الخوف.. أى هـو الطمأنينـة.. والزواج تأكيـد لذلك.. ولذلك فـإن كل طرف يشعر أنـه امتلك الطرف الآخر.. ملكية مطلقة لا يشاركه فيـه أحد.. ولأنها اختارته فهو الأكفأ والأحسن.. ولأنـه اختارهـا فهى ا لأفضل والأجمل.. ولذا فكل طـرف يشعر بأهليته وأحقيته فى هذا الامتلاك.. وعليه بعد ذلك أن يحافظ على ما امتلك..

الحب تملك.. والزواج توثيق لهذا التملك.. أو هـو وسيلة للتأكيد.. وأيضـا وسيلـة لتحذيـر الآخـرين بألا يقتربـوا.. تثور الـزوجـة إذا اكتشفت أن زوجها قـد خلع «الدبلة» من أصبعه.. أول مـا يتبادر الى ذهنها أن ذلك يمثل دعـوة لواحدة أخـرى بأن تقترب موهما إياهـا انه غير متزوج.. الـدبلة رمز لامتلاكهـا له.. أى صاحبة الحق الـوحيد فى امتـلاك هذا الـرجل.. أعرف سيـدة تـدهورت حـالتها الى حـد الغيرة المرضية وكانت البداية هى خلع زوجهـا للدبلة متحججا انها تسبب له حساسية فى أصبعه..

إذن فهنـاك غيرة طبيعيـة لـدى كل انسـان.. وكما أوضحت فهى موجودة عند الطفل أيضـا.. فالطفل دائما يريد أن يأخذ ما يمتلكه طفل آخر.. كما انـه لا يتنازل إطـلاقا عن أى شـىء يمتلكه.. وأيضا فـإنه يباهى بما يمتلكـه.. ويريـد أن يؤكـد دائما أن ما يمتلكـه هو الأفضل والأحسن.. والطفل يغير من أبيـه إذا اقترب من أمـه.. فهـو يعتبر أمـه ملكية خاصة له، ويستنكر مشاركة الأب له فيها..

بعض الناس تكـون هذه الغيرة الطبيعية متطرفـة وزائدة عندهم.. وذلك يحدث فى بعـض الشخصيـات التى تتسـم بشكل عـام بالحسـاسية الـزائدة والشك والمشاعـر الاضطهاديـة التى تظهر فى مواجهة أى ضغط، أو عند الاحساس بالاحباط.. والحساسية الزائدة قـد يكون مصـدرهـا بؤرة مـدفـونـة أساسهـا الاحسـاس بالعجـز أو بـالحقارة أو بـالدونيـة.. فكلما زاد إحساس الانسـان بالعجـز..

أخذت الغيرة عنده أبعادا متطرفة تصل الى حد الاساءة لمشاعر الطرف الآخر.. والتفاوت الشديد بين الطرفين يدعم ويغذى أحاسيس العجز.. أقصد التفاوت الاجتماعى أو الاقتصادى أو التعليمى.. وخاصة إذا كان الرجل فى الوضع الأدنى..

ولكن هذا النوع من الغيرة لا يدخل فى نطاق المرض.. فهذه الغيرة لها أسبابها المفهومة، كما انها لا تنطوى على اتهام فعلى بالخيانة.. انما فقط تتعرض الزوجة للمضايقات وتضييق الخناق.. كمنعها من الخروج.. أو من التحدث مع الآخرين.. ومحاسبتها إذا تبسطت أو ابتسمت وهكذا..

ورغم انها ليست غيرة مرضية إلا انها تسبب مشاكل فى الحياة الزوجية، ومعاناة لكلا الطرفين.. وقد تنتهى الحياة الزوجية بالفشل.. أو على الأقل بسبب فقدان الحب والمودة بينهما.. وهو فشل أفظع ولكنه مقنع.. فالطلاق الروحى أسوأ وأكثر إيلاما من الطلاق الرسمى..

أما زوجك ياسيدتى فهو يعانى من الغيرة المرضية.. والأساس فى الغيرة المرضية هو الاتهام بالخيانة الكاملة أو باحتمال أو انتظار وقوعها.. الشىء المؤكد لديه ان هناك طرفا ثالثا.. فالمثلث هنا كامل الزوايا: الزوج والزوجة والعشيق.. الاعتقاد الراسخ هذا يدخل فى نطاق اضطرابات التفكير المرضية كالهذاءات أو الضلالات.. ومعناها ان فكرة خاطئة تسيطر على ذهن المريض مقتنعا بصحتها.. ولا يمكن اقناعه بعدم صحتها.. والمريض هنا يحاول العثور على أدلة ليؤكد ويدلل على صحة اقتناعه.

إذن محاولة الحصول على دليل ليست من أجل أن يقتنع هو ذاته.. لقد تعدى هو هذه المرحلة.. انه واثق تماما من وقوع الخيانة.. الدليل يحتاجه ليدرأ عن نفسه الاتهام بأنه واهم، وأنه خاطىء وأن زوجته سيدة فاضلة.. يريد أن يثبت لها خيانتها.. يريد أن يثبت لها كذب

ادعائها بأنها لم تخنه.. أى أن المشكلة لا تبدأ بالشك ومحاولة العثور على دليل لقطع الشك باليقين.. فاليقين موجود منذ البداية.. ولذا فإن أى محاولات لا ثبات البراءة من جانبها لا تجدى، بل تثير استهزاءه. وربما تدعم ظنه، ويعتبر أنها تحاول أن تغطى خيانتها وتلبس قناع البراءة الكاذب..

وتأتى أدلته ضعيفة واهية أو غير منطقية إلا انها بالنسبة له تمثل أدلة قاطعة.. كأن يجد شعره على الوسادة، أو يجد الفراش غير مرتب، أو يشم منه رائحة غريبة، أو أن نظرات عينيها تتغير حين مقابلة انسان معين، أو أن تصرفاتها بشكل عام توحى بأن هناك شخصا آخر، أو انها غيرت نوع العطر الذى اعتادت على استخدامه، أو انها عند مرورهما بمكان معين تدير رأسها فى اتجاه معين، ان لون وجهها يتغير حين يرن التليفون، أو تتلهف للرد على التليفون، أو اعتذار الطالب بأن الرقم خطأ حين يرد هو، أو أن صوتها تغير ويوحى بمشاعر حب جديد، أو انها تتأثر حين سماعها أغنية معينة، أو انها تمتدح أخلاق وقدرات انسان معين، أو انه اكتشف خطابا مرسلا من صديقه لها، ولكنه يحوى عبارات ذات مغزى، أو ان زيارتها لبيت أسرتها قد زاد معدله فى الفترة الأخيرة.. الخ.. ورغم ضحالة هذه الأدلة إلا انها تعتبر قوية ونهائية بالنسبة له..

وقد تكون هناك محاولة الحصول على اعتراف منها وأحيانا يلجأ الى استعمال القوة للحصول على هذا الاعتراف حيث ان الرغبة فى الحصول على دليل تكون ملحة. ولا يهدأ لحظة من أجل الحصول على هذا الدليل.. ولذلك فإن كل سلوكه يدور فى هذا الاطار.. وهو الحصول على دليل مهما كلفه الثمن..

ولا توجد حالة غير مرضية إلا وقام صاحبها بالمراقبة ويتفرغ لذلك تفرغا كاملا أو يكلف شخصا آخر بهذه المهمة مهما كان الثمن أيضا..

سلوكه الجنسى يتغير مع الحالة ويزيد فى طلب معاشرة زوجته

حتى يبعدها عن عشيقها..

والمريض بهذا النوع من الغيرة قد لا تكون لديه أى علامات مرضية أخرى.. فيبدو كإنسان طبيعى تماما، متكيفا فى كل أمور حياته إلا فيما يتعلق بهذا الموضوع..

ولكن الغيرة المرضية قد تكون عرضا لمرض آخر كالادمان الكحولى، أو إدمان الأفيون والكوكايين.. والسبب المباشر لها فى حالة إدمان الخمور هو حالة الضعف الجنسى التى يصاب بها المدمن، وكذلك نفور زوجته منه لإدمانه.. هنا يعتقد انها على علاقة بإنسان آخر..

مريض الفصام أيضا قد تكون أحد أعراضه تلك الغيرة المرضية..

مدرسة التحليل النفسى لها وجهة نظر أخرى فى موضوع الغيرة المرضية.. فالانسان المصاب بهذه الحالة يعانى من الجنسية المثلية.. أى الرغبة فى نفس الجنس، ولكنها رغبة مكبوتة فى اللاشعور.. ولأنه لا يستطيع أن يفصح عنها لنفسه شعوريا، فيقوم بإسقاط الخيانة على زوجته.. فهو أساسا يحب هذا الرجل الذى يتوهم أن زوجته على علاقة به.. فبدلا من أن يقول أنا أحب هذا الرجل، فإنه يقول أنا أكرهه لأن زوجتى تحبه.. فالجنسية المثلية هى الأساس فى كل مشاعر الاضطهاد المرضية.. أى انه يتخلص من مشاعر الجنسية المثلية من خلال عملية الاسقاط..

وإذا بحثنا عن جذورها فى الطفولة فإننا نجدها مبنية على الغيرة من الأب الذى استحوذ على الأم..

— زوجك يعانى من حالة مرضية عقلية.. المرض له علاج.. والعلاج عن طريق العقاقير..

● وهل العقاقير تغير فى الشخصية؟..

— يبدو ان الأمر قد اختلط عليك.. أو لعلى لم أكن واضحا فى تحليلى لظاهرة الغيرة..

هناك فرق بين المرض والشخصية.. «الغيرة المرضية» هى

اضطراب فى محتوى التفكير حيث تسيطر فكرة الخيانة.. تماما مثل مريض الفصام الذى يعتقد أنه مراقب أو مضطهد.. وتلك هى الحالات التى يمكن علاجها بالعقاقير ، لأن سببها اضطراب فى كمياء المخ..

أما الشخصية التى تكون الغيرة «غير الطبيعية» إحدى سماتها البارزة، فالعلاج بالعقاقير لا يجدى معها.. هذا الانسان ليس مريضا ولكن شخصيته ذات سمات غير طبيعية.. وهذه هى إحدى مشكلات الطب النفسى.. فاضطراب الشخصية غير مصنفة مع الأمراض، وبالتالى فليس لها علاج.. ولهذا فإننى أقول ان حالة زوجك أسهل لأنها مرض.. وذلك بالرغم من أن الغيرة فى الشخصية غير السوية تكاد تشابه الغيرة المرضية ، كالشك فى سوء السلوك ومحاولة الحصول على أدلة واللجوء الى العنف أحيانا..

وصدقينى أن الأمر حين يصل الى الاتهام المباشر فإنه يكون فى حالات كثيرة أهون من تلك النوعية التى نطلق عليها الغيرة « غير المرضية » بالرغم من تطرفها.. الزوجة فى تلك النوعية تشعر دائما انها موضع شك.. يحاسبها على كل تصرفاتها.. يخنق حياتها.. يحجر على حريتها فى التعاملات الطبيعية والبسيطة التى لابد أن يتعرض لها كل انسان فى نشاطه اليومى العادى.. فمحظور عليها زيارة جارتها أو حتى زيارة أسرتها بمفردها.. محظور عليها مجرد أن تتكلم مع زميلها فى العمل حتى وإن كان الأمر يتعلق بالعمل نفسه.. محظور عليها الخروج بمفردها.. محظور عليها أن تضحك أو حتى تبتسم.. محظور عليها أن تبدى ر أيا أو تعلق على رأى.. وإذا حدث أن تعدت حدود هذه المحظورات، فإن الموقف يشتعل الى مشاجرة توجه فيها الاهانات.. وأحيانا الاعتداء الجسدى.. كل ذلك بدون اتهام مباشر أو ظن يقينى.. بأن هناك شخصا محددا فى حياتها.

هذا الزوج نفسه يؤكد أن زوجته لا يرقى إليها الشك.. بل هو ذاته

حين يصفو يؤكد لها ثقته التامة فيها.. وقد يعترف ـ وهذا نادرا.. ان المشكلة بداخله هو.. هكذا هو.. هذه شخصيته، فهو لا يستطيع أن يقاوم مشاعر الغيرة الجامحة التى تأكل صدره ولكن المشكلة تتفاقم وتتصاعد حين يكون للزوجة بعض السلوكيات أو التصرفات التى تثير غيرته بحدة.. ولا أقصد هنا أن يكون سلوكها غير سوى.. ولكن حينما تكون شخصيتها انبساطية، تتعامل مع الناس بسهولة وبساطة.. جريئة فى تصرفاتها.. وأيضا حينما تبالغ فى مظهرها..

فى هذه الحالة فإن ألم الشك يعذب الزوج ويدفعه فى أحيان كثيرة الى التهور الذى قد لا تحمد عقباه، وقد يؤدى الى أذى حقيقى للزوجة جسديا أو نفسيا..

هذا الزوج بالرغم من انه ليس مريضا فإنه يحتاج الى مساعدة.. فهو يعانى من اضطراب فى شخصيته، أساسه اهتزاز ثقته بنفسه.. والأنانية الشديدة والاحساس الدائم بالتهديد من فقدان ما يمتلكه..

وبالرغم من اننا نصف حالة غير طبيعية الا اننا يجب أن نعترف أن هذه هى مشكلة الانسان.. أى انسان.. فمن منا يشعر بالثقة المطلقة التى بغير حدود؟. من منا يشعر بالطمأنينة الكاملة فى انه لن يفقد ما يمتلكه؟ من يستطيع أن يدعى انه لا يحب نفسه وأنه يؤثر غيره على نفسه؟ وكما أن الانسان المريض أو الانسان صاحب الشخصية المضطربة لديه بؤرة ضعف، بؤرة الاحساس بالانحطاط والدونية.. فإن كل انسان لديه احساس بأن عليه أن يجاهد للتغلب على ضعفه وخوفه.. ولهذا فقد يبالغ فى إظهار قوته وثقته بنفسه.. وكلما بالغ، كان هذا دليلا على شدة ضعفه وخوفه..

والانسان يولد وتولد معه أحاسيس الضعف والخوف.. وهذا بعض شقائه على الأرض ، فهو فى حالة مقاومة مستمرة لتلك المشاعر السلبية.. ولذلك فهو فى سعى دائم للحصول على القوة من خلال السلطة والمال.. والكلام عن التواضع والزهد هنا ليس له معنى.. وكل

انسان يسعى بأسلوبه الخاص وحسب قدراته وإمكانياته وبقدر ما تسمح به الظروف.. ولذا فإن تغير الظروف تغير الانسان فعلا..

والمقصود بتغير الظروف هنا أن تسنح الفرصة للانسان للتمرد على ضعفه وخوفه، فينطلق مستبدا بسلطانه أو بماله، ويمارس ضغوطه أو حتى طغيانه.. وكأنه ينتقم من فترات الضعف والخوف.. وبقدر ما كان يشعر بخوف وتهديد، بقدر ما يبالغ فى تخويف وتهديد الآخرين..

والعلاقة بالجنس الآخر هى أحد المحاور الأساسية التى تشكل تهديدا للانسان وتغذى خوفه.. ففشل العلاقة أو حدوث خيانة يزعزع إحساس الانسان بقيمته وجدواه وأحقيته فى الحياة والبقاء.. انها طعنة لكيانه الجنسى كذكر أو كأنثى.. والرجل يسعى الى السلطة والمال لتدعيم كيانه الجنسى الذكرى، والمرأة تسعى الى التزين والدهاء لتدعيم كيانها الجنسى الأنثوى.. ومع تطور الانسان فإنه اهتم بالثقافة والفن ليسمو (يتسامى) فى علاقته بالجنس الآخر، ويرتفع بها فوق مستوى الجاذبية الجنسية.. وأدخل مصطلحات الجاذبية الفكرية والروحية.. كل ذلك يفسر لنا مدى أهمية ، وأيضا خطورة الغيرة فى علاقة الرجل بالمرأة.. وإمكانية تحولها الى غيرة مرضية أو غيرة متطرفة غير عادية.. وهذا ما لا يحدث فى الغيرة فى أشياء أخرى كالمنافسة.. فقط الغيرة الجنسية هى التى من الممكن أن تأخذ أبعادا مرضية أو غير طبيعية..

قد نكتم الغيرة فى صدورنا.. قد نعبر عنها بأساليب متحضرة.. قد نعبر عنها بشكل مباشر وصريح.. قد نعبر عنا بقسوة وتجريح.. وقد نمرض فنعبر عنها فى صورة هذاءات ولالات بأن الأمر قد وقع، والخيانة قد تمت!..

أسرار
البيوت
فى
العيادة
النفسية



أزواج
وزوجات
أمام
الطبيب
النفسى

إذا لم يتزوجنى سأقتله

يقول انه متزوج .. وفى الواقع انه غير متزوج. !

وصحيح اننى متزوجة .. وعندى أولاد .. ولكننى سأترك الجميع لاتزوجه..

وإذا لم يتزوجنى: سأقتله!!

انها كلمات السيدة الجامعية التى تجلس فى العيادة النفسية لتشكو من هجر رجل لايعرفها.!

●● المريضة سيدة تبلغ من العمر ٣٥ عاماً، جامعية.. تعمل بالتدريس.. زوجة وأم لطفلين، تواضع جمالها تعوضه جاذبية تنبع من داخلها أكثر مما تلحظه فى ملامحها.. عيناها تلمعان ببريق يتناسب قدرة مع المعانى التى تخرج على لسانها.. صوتها عادى ولكنه قادر على توضيح أحاسيسها.. أنيقة فى مظهرها بقدر اناقة كلماتها التى تكشف عن ذكاء مطعم بثقافة ووعى..

أعترف أننى لم اكتشف أنها مريضة إلا بعد نصف ساعة من حديثها المتصل الذى لم أشأ أن أقاطعه لعمق المعانى التى كانت تعبر عنها ورقتها، وللدفء الذى كان يشع من كلماتها المتزنة المتناسقة..

●● فى نصف الساعة الأولى كانت تعبر عن عواطفها نحو إنسان يحبها وتحبه.. قصة حب يسعد أى إنسان بسماعها لأنها تؤكد أنه لاحدود ولامنتهى لحجم نوع العواطف التى يكنها إنسان لإنسان آخر.. قصة تسعد بسماعها حتى وإن لم تكن طرفا فيها، لأنك تتوحد مع المحبوب، فتشعر أنك وضعت فى مصاف الآلهة.. فمحبوبك يراك أجمل وأروع مافى الوجود.. يكفيه أن يكون بقربك ليحتويه ضياؤك كما يحتوى ضوء القمر الأرض وماعليها.. فإذا ابتعدت عنه اظلمت دنياه فصار شبحا، وأظلم داخله كالموتى..

● قالت السيدة وهى تحكى عن حبها وعن حبيبها :

هو عظيم كهرم لايمكن أن تستوعبه إذا اكتفت عيناك بالنظر أفقيا

أو تشعلقت إلى أعلى.. لكى تستوعب عظمتــه لابـد أن يميل عنقك إلى الوراء وكأنك تريذف أن تقابل الشماء بوجهك..

● تمتلىء نفسك رهبة وإعجاباً بـالنظر إليه.. ليست رهبة الخوف، ولكنه الانبهار الذى يمزج الاعجاب بالرهبة..

لست فقط منبهـرة بمكانتـه الاجتماعية المرمـوقة، ولكن إنبهـارى مبعثه أيضـاً صفاتـه.. له صوت رقيق عميق، مـرح جاد.. صـوت له ملمس أسمعـه بجلدى فتتحـول المسام إلى آذان متلهفـة يبثها حنـان دافىء..

● حين نتذكـر إنسانـا فإن صورتـه ترتسم فى مخيلتنـا، ولكننى أتذكره بصورته.. إن صوته هو ذكـاؤه وطموحه.. صوته هو عظمته.. صوته هو الذى ينقل إلى كلمات حبه..

● الكلمات لاتنبعث فقط من حنجـرتـه، وإنما يشارك فى وضعهـا عينـاه ووجهــه ويـداه.. ولهذا فأنـا أستطيع أن أراه وأنـــا مغمضـة العينين.. أراه بملمس صوتــه.. ولهذا فهو لايفـارقنى أبدا.. فأنـا جزء منه يحتـوينى بشخصه.. وبذلك لايستطيع أى انســان أو أى ظروف أن تفصل بيننا حتى الموت.. بعد الموت سأمضـى معـه إلى العالم الاخر بفضل تـوحدى معــه، وإحتوائه لى.. ومن يحتـويك يكون هـو الاكبر والأقوى والأعظم والأرحب.. وهو لذلك أقوى منى وأكثر عقلا وحكمة، ولهذا فأنا بـدونه أفقـد إدراكى لذاتى.. أفقـد معنى وجودى.. تتشتت نفسى ويتبعثر كيـانى.. لاأكون كـاملة ولاأشعر بـاكتمالى كانســانة ولاأدرك وجودى إلا إذا ظللت بجانبه دائماً..

● هل تصــدق انه معى فى كل لحظـة وأنا أمـارس أى نشاط أو أى حركة خلال يومى.. هـو أول من يستقبله عقلى وإحساسى بمجرد أن أفتح غينى فى الصباح بعـد نوم.. لاأشك انـه كان معى خلالـه.. اتزين قبل أن أنام تهيؤا للقائه فى احلامى.. أرتدى ثـوبا للنوم يروقه.. أغرق

فراشى بعطر يحبه.. أمسك بكتاب نلتقى فيه معا بأفكارنا.. كل ليلة كتاب فهذا عشقنا المشترك.. ثم أبدأ النوم وهو فى عيونى.. الاغنية التى نحبها أسمعها كل يوم فى سيارتى.. لاأستطيع أن أبدا عملى إلا وهو جالس بجانى.. من أعمل معهم يستطيعون أن يروه بوضوح فى عيونى..

● أثور فى العمل وأهم بمعاقبة المخطىء فينظر الى لكى أصفح فتهدأ نفسى وأكافىء المخطىء.. مشاكل كثيرة فى عملى.. كلها تهون لأنه موجود معى.. أعود من عملى مثقلة متعبة لتواجهنى مشاكل أخرى.. ولكن كل شىء اتحمله لأنه موجود معى..

● أحرز نصرا أو مكسبا.. ولكن كل شىء يتضاءل بجانبه.. فهو النصر العظيم والمكسب الكبير.. هو الفرحة..

● حتى لو تعرضت لكارثة يتضاءل تأثيرها وأقول الحمد لله يكفى انه موجود فى حياتى وأنا موجودة فى حياته..

الكارثة الحقيقية أن يكون مريضا أو فى أزمة.. حينئذ تضطرب كل حياتى.. لا أستطيع ان أعمل أو أفكر أو أهتم بأى أحد.. أفقد شهيتى وأشعر بآلام فى كل جسدى.. أذبل كورقة شجرة انتزعوها من فرعها.. تتوقف حياتى كلها حتى يشفى أو تفرج أزمته فتعود لى حياتى.. أحلم له فى أن يكون اعظم وأعظم..

هو أول من يرى أى فستان جديد أرتديه.. ثم احتفظ به لأنه صافح عيونه.. لاأعترف بأى فستان إلا إذا رآه.. فساتينى تكتسب قيمتها وجمالها من عينيه..

لا أمل لى فى حياتى إلا أن أعيش معه بقية عمرى .. سعادتى الحقيقية معه.. وهو بدونى لايستطيع أن يعيش سعيدا..

● ● عند هذا الحد أردت أن اتدخل فسألتها :

— وما الذى يمنع أن تكون معا .. ؟

● هو ..

— كيف وهو يحبك ؟

● إن تصرفاته متناقضة .. فبالرغم من حبه لى فهو لايريد ان يقابلنى.. يهرب منى.. بل يحاول أن يؤذى مشاعرى..

— هل هذا معقول وأنتما تعيشان هذا الحب الرائع..؟

● هذه هى الحقيقة بكل أسف .. ولهذا جئت استشيرك..

— تستشيرنى فى ماذا .. ؟

● ماذا أفعل معه .. كيف أجعله يعيش معى ويترك تلك السيدة التى تدعى كذبا أنها زوجته وأن لها ثلاثة اطفال منه وتعيش معه فى بيت واحد..

— من ادراك انه ليس متزوجا .. ؟

● أنا واثقة من ذلك .. هو أعزب لم يتزوج قط .. وهو الذى يشجع هذه السيدة فى ادعائها الكاذب لكى يؤذى مشاعرى..

— وأنت أيضا زوجة ولك أطفال !!

● سأترك كل شىء من أجله ..

— وإذا رفض ان يتزوجك ..

● سأقتله .. !!

فى هذه اللحظة أدركت أنها مريضة .. ويالها من حالة عجيبة يطلقون عليها «ذهان الحب» أو «جنون الحب»..

● بداية لابد ان أؤكد أن عواطف هذه السيدة عميقة وتهيمن على كل قوى ومشاعر روحها منذ اللحظة الأولى.. فهى تحب حقيقة، ولكن الجزء المرضى هو اعتقادها بأنه يحبها.. فهو فى الغالب لم يرها حتى الآن.. وهى أيضا فى الغالب لم تره إلا على شاشة التليفزيون أو السينما أو ربما التقت به لقاء عابرا وربما لم يتبادلا فيه أى كلمة..

● الحالة ليست نادرة الحدوث.. نراها من حين لآخر فى العيادة

النفسية.. والحالات التى لانراها أكثـر وأكثر.. فليس كل هذه الحالات تجد طريقها إلى الطبيب النفسى إلا فى المراحل المتقدمة المتفاقمة أو إذا كـان هناك مـرض عقلى.. ويكـون «ذهان الحب» هـو أحـد أعراضـهـا بجانب أعراض عقلية أخرى..

● الحالة عادة تصيـب السيدات .. لكنها قد تصيب الـرجال أيضا ولكن بنسبة قليلة عن النسـاء.. فكرة خـاطئة تسيطر عليها أن رجلا ما وقع فى غـرامهـا.. رجـلا من طبقـة اجتماعيـة أعلى منها ولـه مكـانـة اجتماعيـة مـرمـوقـة.. فهـو من المشـاهير: رجل سيـاسى أو مـذيع تليفـزيونى أو نجم سينمائى أو كـاتب مشهور.. أو شخصيـة عامـة بارزة.. فى معظم الاحوال يكون أكبر منها سنا..

● الحالة تبدأ فجأة .. لايوجد تـدرج فى الحالة .. وانما تظهر كاملة من البـداية.. وتتصـور أن الرجل هـو الذى وقع فى الحب أولا.. وهـو الذى بدأ فى اقترابـه منها.. وهى تعتقد أنه غير متـزوج.. وحتى إذا كان متزوجا فانها تنكر هذا الزواج أو تعتقد أنه زواج تمثيلى..

● تبدأ فى ارســال أول خطاب له .. خطـاب يؤكد لـه انها تحبه مثل حبه لها.. وحين لاتتلقى اجابة ترسل خطابـا ثانيا وثالثا.. وقد تستمر فى ارســال خطـاب كل يـوم.. ثم تلجأ إلى البرقيـات.. فإذا لم يستجب تحاول انــه تعبر عن عـواطفها بإرســال الهدايـا.. وفى البـداية تكـون الهدايا فى شكل ورود تصله كل يوم إلى بيتـه أو مكان عمله.. ثم ترسل له هـدايا بكل ما تملك.. فإذا كـانت حالتها الماليـة تسمح فإن الهدايا تكون قيمة للغاية وأيضا قد ترسل هدية كل يوم..

● ثم تبدأ أخطر مراحل الحالة وهى متابعته..

فى البداية تختبىء لتراه وهو يغـادر بيته أو عمله.. ثم تمشى خلفه دون أن يراهـا أو تتابعه بسيـارتها.. وقد تتفرغ تمامـا لمراقبته فى كل مكان.. والمتابعـة أيضا تكون عن طريق التليفـون، فتحاول أن تتصل

به في كل مكـان يتواجد فيه وفي أي سـاعة من ساعـات الليل والنهار.. وبذلك تنقلب حيـاة محبوبها إلى جحيم.. فهو يشعر أن هنـاك متابعة ومراقبـة في كل ساعة.. ويسـاوره الخوف من هذه الملاحقـة العنيفة.. وبـالطبـع فـانـه لايجرؤ على لقـائهـا في الأمـاكن التـي تحددهـا في خطابـاتها.. وقد يزجـرها في التليفـون.. وهنا تأخذ مطـاردتها شكلا أعنف اعتقادا منها انه يرفض مقابلتهـا، لأنه لايريد أن يفضح عواطفه أمام الآخـرين.. تصف هي سلوكه بأنـه متناقض فهو يأخـذ مواقف عكس مشاعره الحقيقية.. يهرب منهابالرغم من أنه يحبها..

●● في بعض مـراحل المرض قـد تقدم على تصرفـات تكشفـة عن اضطـرابها الواضح وانفصـالها عن الـواقع فتوجـه الاهـانات لـه أو لزوجته وأولاده في التليفون أو تفاجئه بـالزيارة في بيته أو مكان عمله أو قد تلجأ لزميل له أو لرئيسه شارحة المشكلة بينهما..

كما انـه ليس مستبعـدا أن تهدد باستعمال العنف ضـده أو ضـد أسرته، وذلك حين يعاملها بقسوة.. فيتحول حبها إلى كراهية ورغبة في الانتقام..

● وطبعـا تعيش الـرجل الـذي يتعـرض لمثل هـذا الموقف.. فقـد تستطيع هـي أن تقنع الآخرين بأنه هـو الذي بدأ بحبها حتى وقعت في حبه، ثم هو الآن يتهرب منها..

والتصرفات غير المسئـولة التي قـد تصدر عنها لاحـدود لها.. فقد تركب طائرة لتذهب خلفه إلى أي مكان.. وقد تحاول أن تعمل في المكان الذي يعمل فيـه.. وقد تنتقل لتسكن بجـواره.. وقد تكتب للصحف أو للمسئولين شـاكية موقفه منهـا..أوقد تظن تباطؤه في الانتقـال للحياة معها بسبب ضـائقته المادية فترسل له مبلغـا كبيرا من المال أو تذهب إلى محام لتتنازل عن كل ممتلكاتها له..

هذه التصرفات غير المسئـولية تصدر عادة إذا كـان «ذهان الحب»

يشكل عرضا لمرض عقلى آخر كالبارانويا أو الفصام الاضطهادى..

أما إذا كان «ذهان الحب» موجودا بشكل مستقل، فإن شخصيتها تكون متماسكة.. ولايبدو عليها أى اضطراب.. ولايجرؤ أحد أن يشك فى قواها العقلية، فهى تبدو طبيعية فى كل شىء ما عدا هذه الفكرة التى تسيطر عليها..

● وهو ليس حبا رومانسيا خالصا.. ولكن تكون هناك رغبة فى إقامة علاقة جنسية.. وفى هذه الحالة يجب ان نفرق بين «ذهان الحب» و«الهوس الجنسى».. فى «ذهان الحب» يكون هناك الاعتقاد الخاطىء بوجود حب متبادل من الطرفين.. أما فى «الهوس الجنسى» فلايوجد الا رغبة مستمرة لاتقاوم فى الممارسة الجنسية غير المسئولة فى أى وقت ومع أى انسان وفى أى مكان بدون وعى يفرض الحرص والحيطة.

● كما يجب التفرقة بين «ذهان الحب» و«الاعجاب».. فى حالة الاعجاب قد يكون من طرف واحد مع الوعى الكامل عند هذا الطرف أن الطرف الآخر لايبادله نفس الاعجاب، وحتى إذا كان الاعجاب متبادلا فإن كل طرف يدرك ويعى حدود العلاقة.. ويتصرف بناء على موقف ومدى استجابة الطرف الآخر..

فى حالة الاعجاب قد يقول طرف انه يعتقد ان الطرف الآخر يبادله نفس الاعجاب ولكنه غير متأكد.. وهذا يعنى إرتباطه بالواقع.. ولذلك فإن سلوكه يكون طبيعيا ولايقتحم حياة الطرف الآخر أو يطارده، ولكن ربما يحاول أن يتقرب منه بأسلوب اجتماعى لائق.. وإذا وجد عدم تجاوب من الطرف الآخر فانه يبتعد فى سلام.

وأيضا يجب التفرقة بين «ذهان الحب» و«الحب الحقيقى»..

فى الحب الحقيقى يحكى الصوتان معا قصة الحب.. وإذا سمعت أحد الصوتين فإن صداه يكون مطابقا للصوت الثانى.. هذا ماتعنيه

كلمة «حقيقى».. إنه سيمفونية انغـامها/تصدر من أوتار قلبين وعقلين رغم انفصـالهما الشكلى.. فـان المعـانى التى تصـدر عنهما تكـون متطابقة فلا تسمع «نشان» فى سيمفونية الحب..

وهذا ماتعنيه كلمة «التوحد» أو كلمة «الذوبان» فى الحب.. فبالرغم من أن طرفى «الحب الحقيقى» يحتفظ كل منهما بكيانه المستقل، إلا أن امتزاجا قـد حدث بين «فكرين» وبين «وجدانين» يحقـق لهما معا وعيا وشعـورا بأن كـلا منهما متصل بـالاخـر.. اتصـالا يحقق الفـرحـة والسعادة والطمأنينـة.. وتكون هنـاك حالة رضـى مـن كل طرف عن هذا الاتصـال..

● لماذا تصاب انسانة بحالة «هوس الحب»؟؟

● لماذا تتوهم ان انسانا قد وقع فى حبها وأنها أيضا تحبه..؟

● لماذا تعيش قصة حب وهمية تعتقد انها حقيقية؟

● إذا تعمقنا فى نـوعية الانسـان الذى تختـاره، فاننـا سنجد أنـه يكبرها سنا، ثم انـه يمثل قيمة اجتماعية مرمـوقة ومعترفا بها تحظى بالاعجاب والتقـدير.. إنها صورة تكاد تقترب مـن صورة الأب.. الذى نعجب به جميعـا فى طفولتنـاونتصوره أحسن النـاس وأقواهم.. الأب الذى يمثل لنا الحماية وتلبية كل مانحتاج.. وهو أيضا الأب الذى كبت كل غرائزنـا البدائية، وخـاصة فيما يتعلق بموضـوع الجنس.. جعلنا نكبتهـا بالإرهـاب والتجاهل، فأصبح لنـا تصور فظيع عنهـا.. ولكن هناك دائما الرغبـة فى الحصول على ارضاء لغرائزنا، هذه الـرغبة كان يصاحبها الخوف والاحساس بتأنيب الضمير.. ولهذا كـانت مشاعرنا تجاه الأب متناقضة بين : الحب والخوف..

وكأنها تقول :

هـذا هـو حبيبى (أبى) .. حبيبى (أبـى) ذلك الـرجل العظيم القـوى.. ذلك الرجـل (أبى) يحبنى .. ليس هذا فقط بـل إنه يـرغبنى

جنسيا .. وهنا تتخلص المريضة من مشاعر الخوف والإحساس بالذنب.. تتخلص من مشاعر الحب والكراهية تجاه أبيها.. ذلك الرجل (الذى يمثل أباها لاشعوريا) هو الذى بدأ معها.. هو الذى رغبها عاطفيا وجنسيا.. لم تكن هى البادئة .. بل هو البادئ.. لولا أنه هو الذى فكر فيها جنسيا لما فكرت فيه هى على هذا النحو ..

أى أن أبى الذى أخافنى وجعلنى اكبت غرائزى العاطفية والجنسية رغم رغبتى.. هذا هو اليوم يعرض على الحب والجنس.

● يمكن أن نرى المشكلة من زاوية أخرى.. أيضا زاوية أعمق موجودة على مستوى العقل الباطن.. المشكلة أساسها الحب المفرط للذات.. الحب الذى يعوق إقامة علاقة حب مع أى إنسان آخر.. ولأن هذا غير مقبول.. فإن هذا الحب للذات لابد من إنكاره أو إسقاطه على شخص آخر.. شخص له أهمية.. شخص أكثر منها عقلا وحكمة.. هذا الشخص يحبها بدلا من أن تحب هى ذاتها أى هو يمثل حبها لذاتها.. ولذا فهى تطارده لكى يثبت ذلك لها.. إذا أظهر العكس فهذا يحطمها.. إنه يكشفها على حقيقتها.. يكشف حبها لذاتها.

عالم النفس فرويد له رأى آخر.. هو يرى أن « ذهان الحب» هو أسلوب دفاعى عن رغبة لا شعورية فى نفس الجنس.

هى ترغب فى نفس الجنس ولا ترغب فى الرجال.. ولذلك يجب أن تنفى هذا من خلال علاقة عاطفية جنسية بطرف من الجنس الآخر، وبذلك تشعر أنها سوية.

وكأنها تقول .. هذا الرجل يحبنى.. هذا معناه أنه لا يرانى كشاذة.. إنه يرانى طبيعية ولا لما رغب فى.. وأنا كذلك أحبه.. وهذا يؤكد ميولى الطبيعية.

● ولهذا فهى قد اختارت رجلا يشابه أباها.. رجلا مثل مثاليته.. وفى نفس الوقت استطاعت أن تسقط عليه عواطفها ورغباتها الجنسية المكبوتة..

والمعادلة الفرويدية تقرأ كالآتى كما تنطقها المريضة.

أنا أحب الأنثى لا .. أنا لا أحب الأنثى، بل أنا أحب هذا الرجل لأنه يحبنى..

وبذلك تستطيع أن تتخلص من مشاعر الجنسية المثلية وأحلت محلها مشاعر طبيعية تجاه رجل أحبها فاحبته..

● أى التفسيرات نصدق .. ؟ هل اعتقادنا فى احدى التفسيرات يلغى الباقى..؟ أم أن لكل حالة ظروفها الخاصة التى تنطبق عليها أى من هذه التفسيرات..

● أم ان كل هذه التفسيرات خاطئة.. وان «ذهان الحب» يحدث نتيجة لاضطراب كيمائى فى المخ، مثل بقية الأمراض العقلية التى أصبحنا نعرف الآن أسبابها الكميائية فى المخ.. وبذلك أصبحنا اقدر على معالجتها بالعقاقير..

العلم عند الله ..



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

نيران تذيب ثلوج الحياة الزوجية

خسرت كل شيء في حياتي بسبب القمار
أعرف كل ذلك جيداً..
ومع ذلك فإني ــ بدون وعي ــ لن أتوقف عن المقامرة.. حتى أموت..
لقد حاولت كثيراً الهرب من هذا السراب الذي أجري وراءه..
وكانت آخر محاولة لي للتخلص من ضعفي أمام القمار هي زيارة الطبيب النفسي!

● جاءت به زوجته إلى العيادة النفسية.

متوسطة العمر.. جمالها اطفأه الشقاء والمعاناة.. سيطر على ملامحها التحفز والغضب.. أما وجهه فكان يعكس الانقياد لها والاستسلام.. لاعن ضعف. ولكن ربما لإحساسه بالذنب تجاهها أو لحيرته في أمر نفسه فجاء مسلما لها نفسه طلبا للمساعدة.

وبدون أن أدعو أيهما للحديث، بدأته هي بصوت متحفز غاضب:

ــ لابد أن تجد لنا حلا.. لقد حل بنا الخراب وسيضيع مستقبل أولادي.. فقدنا كل أموالنا، وسنفقد عن قريب سمعتنا إذا زجوا به في السجن.. يقول متحججا أنه لايستطيع أن يقاوم.. شيء خارج عن إرادته.. يشعر أنه مريض.. فهل هو مريض حقا؟.. أم سيطرت عليه شياطين الضلالة فانحرف..

صمتت فجأة ورمقته بنظرة تدعوه بها ليبدأ الحديث.. ورغم أنه كان مطرقا برأسه فلم يستقبل نظراتها، إلا أنه فهم ما أرادت وحرك شفتيه بكلمات لم أسمعها.. وأدركت استحالة ان يتكلم في وجودها.. فطلبت منها ان تتركنا فأبت.. وإزاء إصراري الذي حمل تهديدا خفيا باعتذاري عن استمرار المقابلة غادرت الحجرة أكثر غضبا وتحفزا..

●●●

يقول المقامر:

حين أجلس إلى منضدة اللعب لاتوجد قوة على الأرض تستطيع ان تنتزعنى من مقعدى.. شىء واحد هو ان افقد كل نقودى.. بعدها تسترخى أعصابى وتهدأ نفسى وتخمد نار متأججة فى صدرى.. حينئذ يسبح جسدى بتلذذ فى عرقه البارد.. بعض المتعاطفين ينظرون إلى بأسف لخسارتى الفادحة وأنا أنظر إلى نفسى بتشف يبعث على الارتياح، وكأننى ألقيت بحمل ثقيل كان متمركزا فى منتصف رأسى.. كل أنواع المخدرات والمهدئات ومضادات الكآبة فشلت ان تمنحنى مثل هذا الشعور..

تبدأ الرحلة منذ الصباح وأنا فى طريقى إلى عملى.. ومضات خاطفة تلهب خيالى بسهرة الليلة وأنا جالس إلى منضدة القمار.. وأنا ممسك بالأوراق.. وأنا أتطلع فى قلق إلى عيون خصمى..

أحاول أن ابعد ذهنى عن التصور.. تقوى إرادتى الواهية فأصمم كاذبا أنى لن أذهب الليلة.. وحين أصل إلى قرارى هذا يداهمنى الحنين الجارف فأقرر الذهاب.. وهكذا أظل طوال يومى متأرجحا.. أذهب.. لاأذهب.. أذهب.. لاأذهب.. حين أقرر ألا أذهب يصعد الاكتئاب من صدرى إلى عنقى فأشعر بالاختناق.. حين أقرر أن أذهب ترتخى عضلاتى فأتنفس بهدوء ويرقص داخلى مبتهجا.. وحين تجىء اللحظة المنشودة أستعد للخروج من المنزل.. أشعر حينئذ كأننى منوم، وأن إرادتى فقدتها تماما.. لقد فشلت كل محاولات المقاومة، فأشعر بالخوف.. إنه خوف المدمن الذى يدرك أنه فقد بسيطرته تماما واستسلم للمخدر..

المكان محصن إحتسابا لهجوم مفاجىء.. الهواء لايتجدد، فالنوافذ محكمة الاغلاق مختفية خلف ستائر كثيفة.. كثافة الدخان تؤثر على درجة الرؤية.. والجميع تعودوا ان يكونوا عمليين.. كل قادم يدخل فورا إلى مكانه المعتاد ويبدأ مباشرة فى الانضمام إلى اللاعبين.. دقائق

وأنسى كل شيء عن مقاومتي الفاشلة واستسلامي الضعيف.. تعتريني حيوية لاأعهدها إلا في هذا المكان.. وتدريجيا يتصاعد إحساسي بقلق مثير، وأمسك بالأوراق في يدي فانفصل تماما عن العالم، وينحصر مجال الرؤية لعيني في يدي المسكتين بأوراق اللعب وساحة الملعب ووجوه خصومي.. بل ان وجداني وتفكيري لايخرجان ولو لثانية عن هذه المساحة.. قمة التركيز للحواس والأحاسيس..

وكل لحظة تحمل إثارة تشد الاعصاب وتحدث اضطرابا في حركة التنفس.. لحظة توزيع الأوراق.. لحظة إلتقاط الأوراق ثم النظر فيها بلهفة لمعرفة مدى قوتها.. لحظة النظر في عيون من يحيطون بالمنضدة فردا فردا لاكتشاف نوعية أوراق كل منهم من عينيه وملامح وجهه.. والكل قد تدرب أن يظهر عكس الحقيقة.. فالذي خاب أمله في أوراقه يظهر سعادة زائفة.. والذي جامله الحظ يظهر برودا.. وقد يبالغ فيظهر أسفا.. وعليك حينئذ أن تنفذ إلى الحقيقة.. ان تتوقع.. ان تخمن.. ولاأحد يعرف ماذا سيحدث في اللحظة التالية.. هناك مفاجأة في كل لحظة.. يصدق توقعي فانتشي.. يخيب توقعي فتهبط معنوياتي.. يسوء موقفي فأقلق.. يسوء موقف الآخرين فأشعر بالقوة والثقة.. لحظة تمر فأفقد الأمل في المكسب هذه المرة.. لحظة أخرى تمر تحمل أملا في انتصاري.. أنتصر فأشعر بلذة عارمة لاتمر بي إلا في هذا الموقف.. أشعر بقامتي تعلو وعضلاتي تنتفخ.. أشعر كأنني ملك هذه المنضدة.. ويتضاءل في عيني كل الجالسين حولي.. تزيد لذتي حين ألحظ الحسرة في عيونهم.. يسعدني حسدهم لي.. ومن قلب نشوتي بالانتصار يبرز قلقي من الدور القادم المجهول.. فهناك احتمال الفشل في المرة القادمة.. انتصارك مرة لايعني انتصارك المؤكد في المرة التالية.. لاشيء مؤكد.. لاشيء ثابت.. كالهدف المتحرك الذي تصوب ناحيته وأنت مغمض العينين.. قد

تصـــيبه دون أن تقصـــد .. وقد تخطئـــه دون أن يكـون لك ذنب ق ذلك..

وحين أخسر وينخفض رصيدى أشعر بنـار الغيظ تتأجج يغذيها قلقى وتـوتـرى.. تسرع دقـات قلبـى. ويـزداد تلهفى لبـدايـة دورة جديدة.. وأخسر مرة ثانية وثالثة.. ويزداد تلهفى إلى مزيد من اللعب.. تمضى سـاعـات أظل ملتصقـاً بمقعدى بفعل قـوة مغنـاطيسيـة من الصعب الخروج من مجالها..

أعـود لأكسب جولـة .. ثم أخسر جولـة .. وأستمر ويستمـرون.. مـربوطـون جميعـا بحزام واحـد لايسمح بـالخروج من أسره الا من أجهـز على آخر نقـوده.. لا أهدأ.. لا أستريح.. لا أتـوقف عن اللعب إلا بعد ان ينتهى كل مامعى من مـال.. وأخرج من الدائرة حيث لامكان لى الآن.. ولا أذكـر أننى ق أى مـرة شعـرت بـالأسى على مـالى المفقـود وكأننى كنت ألعب بأوراق مـالية مـزيفة أو كأننى كنت ألعب بأمـوال شخص آخر لايهمنى هو أو مالـه.. كأن هذه النقود لم تكن تخصنى.. من يرانى يشعـر أننى حزين لخسـارتى.. ولكن أحاسيسى الـداخلية تكون شيئا مختلفاً تماما. إذن لماذا جئت إلى هـذا المكان..؟ لو كان هدف هـو المكسب لشعرت بـالحزن لخسـارتى.. وأيضا ليس من المعقـول أننى أجىء لأخسر أى يكون هدف ومطلبى هو الخسـارة..

صدقنى اننى لاأعرف لماذا أقامـر؟.. كل الذى استطيع أن أقوله لك انها رغبة مسيطرة.. رغبة تهزمنى.. أشعـر بالخوف لإحساسى بفقد السيطـرة ولكننى أذهب دون وعى.. أظـل ألعب حتى أخسر.. بعـدهـا أشعـر بـارتيـاح غـامض.. أشعـر اننى تخلصت من أثقـال نـاء بها جسدى.. أدخل منزلى كاللص الذى يحرص الا يشعر به أحد..

موقفى المادى أصبح حرجا للغـاية.. زوجتى تهدد بطلب الطلاق.. ورغم كل ذلك فإننى لاأستطيع أن اقاوم.. أشعر أن حياتى ستفقد كل

معنى لهـا إذا توقفت عن اللعب.. فهل لديك ماتقدمه لى ياطبيب؟

●●●

●● هل يمكن ان نتراهـن أنـا وأنت على تخمين الاتجاه الـذى ستغيب منه الشمس اليـوم أو الذى ستظهر منه صبـاح الغد؟.. طبعا غير معقول.. وإذا حـاولنا ستكون لعبة سخيفـة بلا معنى تنتهى بأن نسخر من أنفسنـا ويشعر كل منا بالملل تجاه آخـر.. وسوف تعطينى ظهرك وأعطيك ظهرى..

ولكننـا نستطيع ان نـذهب الملل عن أنفسنـا إذا حاولنـا فى لعبـة أخرى.. سأخفى قطعـة من النقود فى إحـدى يدى ثم أطبق كلتـا يدى وأطلب منك أن تخمن فى أى يـد تختبىء قطعـة النقود.. إذا لم تعـرف عليك ان تدفع لى.. وإذا عرفت على ان ادفع لك.. تصـور موقفك فى هذه اللعبـة.. إنها لعبةلاتحتـاج إلى تفكير أو حسابـات ما لاتحتـاج إلى أى مهـارة.. كلتا يـدى مطبقتان وتختفى فى إحـداهما قطعة النقـود.. إذن الموقف برمتـه مجهول بالنسبـة لك.. وإذا اخترت إحدى اليـدين فهذا مجرد تخمين منك غير قائم على أى أسـاس.. إختيارك لإحـدى اليدين هو اختيار عشوائى..

وأنت تختـار سـوف تشعـر بـالتردد.. قد تقـرر ان تختـار اليـد اليمنى.. ثم تتراجع لثوان وتقول لنفسك: قـد تكون اليد اليسرى.. هنا تشعـر بالقلق.. وإذا صح اختيـارك سوف تشعـر بفرحـة كبرى لأن تخمينك صدق.. لقد أصبـت الهدف المتحرك وأنت معصوب العينين.. إنها لذة تفوق الـذى يصوب ناحية هـدف ثابت وهو حـاد النظر.. لقد عثرت على القطة السوداء فى الحجـرة المظلمة وأنت معصوب العينين.. إنه الانتصـار على المجهول.. المجهول الـذى يخيفنا.. المجهـول الذى لانعرف عنه شيئا.. المجهول الـذى لانعرف ماذا يخبىء لنا.. المجهول الذى يؤكد جهلنا وعجزنا..

الانسان دائما يعشق توقع نتائج من أحداث عشوائية وهو على استعداد أحيانا أن يخاطر بأمواله وحتى بحياته من أجل أن يتوقع شيئا وأن يكون توقعه صحيحا.. وفى ذلك الانتصار على القلق.. قلق التحرك فى غرفة مظلمة معصوب العينين.. وفرحة العثور على القطة السوداء.. وهذه الحجرة المظلمة ندخلها بإرادتنا.. والعصابة نضعها على أعيننا بأيدينا.. أى اننا نخاطر..

● نخاطر لأن هذا عشق الإنسان ليثبت أنه قادر على سبر أغوار المجهول.. قادر على توقع نتائج صحيحة من خلال أحداث عشوائية.

● نخاطر من أجل كسر جبال الملل الجاثم فوق نفوسنا.. الإثارة تأتى من محاولة التوقع رغم عشوائية الموقف..

● نخاطر لكى نذيب الاكتئاب المسيطر على نفوسنا، فالاكتئاب موت وركود.. الاكتئاب كثلاجة الموتى تحتوى الانسان وهو حى.. ولاسبيل للهروب منها الا بلحظات إثارة تكون كالنار التى تتراجع أمامها الثلوج..

● نخاطر .. فإذا فشلنا نشعر بشفاء نفوسنا التى يعذبها الاحساس بالندم لذنب إقترفناه..

وهكذا القمار ياصاحبى .. فهو اتفاق بين شخصين أو أكثر.. وينتقل المال من واحد إلى الآخر.. فمكسب إنسان يكون على حساب خسارة إنسان آخر.. ونتائج اللعبة تعتمد على المخاطرة فى موقف غير مؤكد.. أى أن النتائج غير معروفة.. هذه الرغبة غير مفهومة.. ولكن فى كل الأحوال الحصول على المال ليس هو الهدف..

أقرأ لك سطورا من الدراسة التى قام بها عالم النفس الشهير فرويد عن الكاتب المبدع ديستوفسكى.. كتب فرويد يصف ديستوفسكى: «كان هدفه الأساسى اللعب فقط.. لم تكن هناك أى رغبة أو طمع فى المال.. لم يكن ليهدأ أو يستريح أو يتوقف عن اللعب

حتى يفقد كل مالـديه من مال.. كان القمار بالنسبة لـه عقابا للذات.. بمجرد أن يستريح ويتخلص من الاحساس بالـذنب ويشعر أنه عاقب نفسه بما فيه الكفاية.. حينئذ فقط يستطيع ان ينتج ويبدع.»

القمار عرض وليس مرضـا.. قد يكـون عرضـا لمرض الاكتئاب.. محاولة لبعث الحرارة في ثـلاجة الموتى التى تحتوى نفسـه.. محاولة لبعث الحركة في مجرى دمائه الراكدة.. محاولـة لإثارة عاصفة تمحو بعض الأسن الـذى غطى روحـه.. المقامـرة بـالنقـود وليس من أجل النقـود.. ولابد من الخسـارة لأنها بـديل الانتحـار.. ولاعلاج إلا بعـد علاج الاكتئاب..

وقـد يكـون القمار عـرضـا في مـرض الهوس.. والهوس عكس الاكتئاب تمامـا.. حيث الفرحـة العارمـة الزائفـة والنشاط والحماس والانـدفـاع والانفصال عـن الواقع وعـدم إدراك العـواقب.. مـريض الهوس قد يبعثر نقـوده في الشارع بلا وعى وأيضا يبعثـرها بلا وعى على مائدة القمار.

وقد يغـرق الإنسان نفسه على مائدة القمار للهـروب من الضغوط والمشاكل التى تحاصره.. ضغوط من كل جـانب ومشاكل بلا حلول.. بعضـها مشاكل عاطفية.. بعضـها مشـاكل زوجية والمقامرة هنا تكون وسيلة لمعاقبة الطرف الآخر..

والقمار قد يكـون رغبة قهـرية.. شيئـا يشبه مـرض الوسـواس القهرى حين تسيطر على الانسـان فكرة أو رغبة اندفـاعية لايستطيع ان يقاومها.. رغبـة قهرية وحنين إلى اللعب مع الشعـور بالخوف لأنه فقد السيطرة.. ويظل يلعب حتى يفقد مـاله أو يتعرض للسجن.. وهنا تـزيد الـرغبة العـارمة.. هـذا النـوع هو الـذى يسبب أكثر المشـاكل الاقتصادية والاجتماعية.. وإذا كان يشغل منصبا حساسا يظل يلعب لسنوات دون أن يكتشف أحد أمره..

والقمار أحيانا يكون وسيلة لعقاب الذات.. إنه الاحساس بالذنب المسيطر فى حالة الاكتئاب بالرغم من عدم وجود أعراض اكتئابية واضحة..

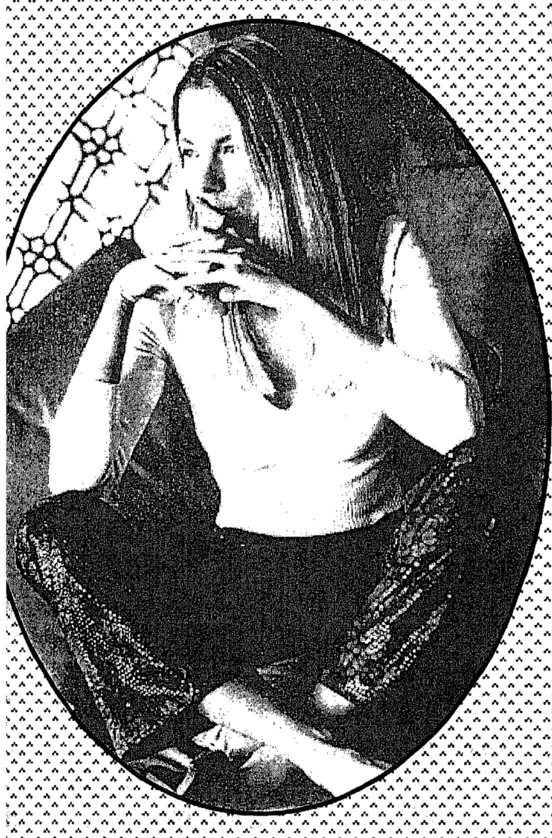
وقد يكون فترة عابرة فى حياة الانسان تحت تأثير الاصدقاء.. المقامرة هنا تكون غير منتظمة.. ويمكن مقاومتها.. ويمكن ان يتوقف نهائيا إذا وجد مساندة ومساعدة من المحيطين الذين يهمهم أمره عن حب.. القمار إذن ليس مرضا.. ولكنه سلوك مرضى لمعالجة مرض آخر أو معاناة..

بعض الحالات تحتاج إلى علاج طبى نفسى..

بعض الحالات الأخرى تحتاج إلى الحب.. الحب من إنسان مخلص يحرص عليه لينتشله برفق وليس بغضب.



خرجت من حجرتى لأنادى زوجته كى تشاركنا الحوار ولنتفق على خطة العلاج. فوجدتها قد غادرت العيادة.. حينئذ أدركت مصدر معاناة مريضى.



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

الكل يقول : إنه زوجى وأنا أقول: إنه رجل غريب !

ليست نكتة .. ولا حكاية للتسلية..

كل عائلتى تتعجب وتتألم عندما أصرخ وأقول : هذا الرجل ليس زوجى !

وهم جميعا يؤكدون : انه زوجى الذى أعيش معه من سنوات!

هل من المعقول أن أعيش مع رجل آخر غير زوجى المسافر لأن أهلى يريدون ذلك ؟

فى العيادة النفسية أحاول إنقاذ حياتى من هذا الكابوس .

أحضرونى إليك ليثبتوا أنى مريضة.. ولكن عقلى سليم تماما.. وسوف تكتشف ذلك بنفسك.. أجبرونى على الحضور هنا.. اعتقادا منهم أنى أهذى.. هكذا تعتقد أمى بإيحاء من هذا الرجل الذى يدعى أنه زوجى.. المصيبة أن أمى تصدقه.. ولكنى أقسم لك أنه ليس زوجى حقيقة أنه يشبهه تماما.. صورة طبق الأصل.. تطابق كامل بينه وبين زوجى.. ولكنه ليس زوجى.. لقد انتحل دور زوجى وهو يؤدى دوره باتقان لدرجة أنه أقنع الجميع.. ولكنه لم يستطع أن يخدعنى.. سافر زوجى الحقيقى فى عمل.. وفوجئت بهذا الرجل يعود ليقول لى أنه زوجى.. يريد أن يمارس كل حقوقه معى.. ولكن هذا مستحيل.. مستحيل أن أعيش معه فى بيت واحد.. سأذهب إلى أى مكان فى انتظار عودة زوجى الحقيقى.

بمجرد أن رأيته أدركت أنه ليس هو.. استطاع أن يخدع عينى لثوان محدودة.. ولكن سرعان ما أكتشفته أحاسيسى الحقيقية..

ولعلك توافقنى يا طبيب أن الادراك الحقيقى الصادق يكون با لمشاعر وليس بالعينين.

العين ترى فقط الصورة.. والصورة يمكن تقليدها.. يمكن تزويرها.. وهذا هو ما فعله هذا الرجل.. لقد غير فى شكله فأصبحت صورته للعين مطابقة لصورة زوجى.. غير فى صوته أيضا فأصبح

يتكلم مثل زوجى يقلد حركاته وطريقة مشيه وطريقة كلامه.. لعله راقب زوجى طويلا أو لعله أحد أصدقائه ويعرفه حق المعرفة.. ولذلك كان من السهل عليه تقليده.. استطاع أن يخدع الجميع لأنهم استقبلوه بعيونهم.. أما أنا فمشاعرى اكتشفت الحقيقة.. وذلك لأننى أحب زوجى.. وحين تحب.. فأنت ترى بمشاعرك.. وهذا هو معنى الحب يا سيدى.. حالة وجدانية يتحقق فيها ذوبان مشاعرك بمشاعر من تحب.. تظل الأجساد كما هى.. متباعدة.. وقد تفصلها أحيانا آلاف الأميال ولكنك تظل على اتصال بحبيبك.. تظل ملتصقا به كل الوقت.. تظل معه ويظل معك.. فإذا سألت نفسك كيف يتحقق هذا الالتصاق والأجساد متباعدة.. ؟ تجىء الاجابة هنا لتؤكد معنى الحب وهو أن امتزاجا حقيقيا يحدث وينتهى الأمر، ليتكون كيان واحد من كيانين.. إنه حالة من التوحد تحدث بين رجل وإمرأة.. أى بين اثنين من البشر.. والتوحد بين مشاعرهما، ولكن يظل كل منهما محتفظا بكيانه المادى الجسدى.. إذن الجسد لا يؤدى أى دور فى عملية الحب.. فالجسد بالنسبة للإنسان لا يخدم معنى الإنسان.. حدود الإنسان أكبر من حدود الجسد.. الإنسان طاقات فكرية ووجدانية.. الإنسان فى حد ذاته معنى، وتجىء حياته على الأرض لتؤكد معنى، والمعنى الخالد هو الحب.. ويجىء حب إنسان لإنسان تأكيدا للمعنى.. معناه كإنسان.. ومعنى حياته فى الدنيا.

ورغبة الحبيبين فى التلاقى بأجسادهما إنما هى محاولة لربط جسدهما بمشاعرهما.. فالمشاعر متوحدة ممتزجة فلتكن الأجساد كذلك.. ويقول لسان حال كل حبيب فى تلك اللحظات.. فليفنى جسدى فى جسدك.. تماما كما فنيت روحى فى روحك.. إنها حالة من القلق لتحقيق الامتزاج الكامل جسدا مثلما تحقق روحا.

وكأن كلا منهما يأبى على جسده.. أن يكون منفصلا مبتعدا عن

جسد حبيبه.. ولذلك فإن رغبة اللقاء هنا لا تكون رغبة جنسية ولكنها رغبة لتحقيق سعادة للوجدان.

●● قبل سفر زوجي كنت ألح عليه أن يبقى بجوارى كل الوقت.. أن يتلاقى جسدانا كل يوم.. كنت أتمنى أن يتحقق الذوبان لجسدى كما تحقق لوجدانى.. وكنت أريد أن أشعر برغبة جسده فى الذوبان ليؤكد لى ذوبان وجدانه.. وحين سافر حبيبى فإنه سافر بجسده.. أما وجدانه فمعى.. فى داخلى.. ولهذا لم يستطع هذا الرجل الغريب أن يخدعنى بهيئته.. اكتشفت مشاعرى تزويره.. ولهذا تأكد لعينى أنه رجل مختلف يؤدى دور زوجي مستغلا التطابق فى الشبه.. تماما كا لممثل الذى يطلقون عليه « الدوبلير » الذى ينوب عن الممثل الحقيقى بأن يقوم هو بتأدية دوره.

سيؤكد لك هو أنه زوجي الحقيقي.. أمي ستقنعك بذلك.. سيطلبون منك أن تعالجنى.. ولكن أنا لست مريضة.. أنا واعية ومدركة تماما لكل شيء من حولى.. أذهب إلى عملى كل يوم وأتحمل مسؤلياتى كاملة.. لم يشك منى أحد.. تصرفاتى كلها سليمة ومتزنة.. أسأل كل الناس عنى.. أطلب مساعدتك فى أن تخلصنى من هذا الرجل.. هل يرضيك أن أعاشر رجلا غير زوجي ؟ !

لقد عاملته أسوأ معاملة.. فى كل دقيقة أؤكد له أننى أكرهه.. أننى أحتقره.. أننى أرفضه.. حاولت طرده من بيتى ولكنه تشبث بالبقاء لأن الكل يعتبرونه الزوج الحقيقي.. حتى البواب يعامله على أنه صاحب البيت.

حاولت أن أهرب أنا ولكن أمي منعتنى إذا لم يبتعد عنى سأشكوه للبوليس ليكتشفوا تزويره.. وإذا لم يصدقنى أحد.. إذا لم ينقذنى أحد منه فليس أمامى سبيل إلا أن أقتل نفسى.

●● لا شك أن هذه السيدة تعانى.. تعانى لأن رجلا غريبا يأخذ

مكان زوجها.. قمت بالكشف على قواهـا العقلية.. فوجدت أنها سليمة فيما عدا شيئـا واحدا.. وهو أنها تعـانى اضطرابا واضحـا فى محتوى تفكيرها.. فكـرة خاطئـة تسيطر عليهـا وتؤمن بها إيمانـا راسخا غير قابلة للتعديل وهى أن زوجها قد استبدل برجل آخر.

قابلت الأم.. لجزعها وألمهـا من أجل ابنتها لم أستطع الحصول على أى معلومات منها إلا أن ابنتها أصيبت بحـالة اكتئاب منذ خمسة عشر عاما بعـد وفاة أبيها.. فامتنعت عن الطعام والكـلام وهزلت.. وفى هذه الفترة اتهمتهـا أنها ليست أمها.. وانها سيـدة غـريبـة تريـد أن تحتل مكان أمها.. ولكن الحالة لم تستمر طويلا بعد علاج قصير وعادت إلى حالتها الطبيعية.

قـابلت الزوج.. فى الخامســة والأربعين من عمره.. يكبرهـا بخمس سنوات قلق على زوجتـه كان مصحوبـا ببعض مشاعر الـذنب.. فلقد أساء معاملتها فى العام السابق على مرضـها.

كان دائم الانشغـال عنها بعملـه الذى كـان يقتضى سفره لفترات طـويلـة.. وصفها بأنها كـانت حسـاســة وغيورة سريعـة الانفعـال، تصيبها حـالة من الكآبـة البسيطة لمدة أسبوع كل شـهـر قبل الدورة الشـهرية.

فى العام الأخير كثـرت خلافـاتهما واعترف بأنه سئم الحيـاة معها لعصبيتها الشديـدة وغيرتها المزعجة التى وصلت فى الفترة الأخيرة إلى حد اعتقـادها بأنه متـزوج من سيدة أخرى.. وفى الشـهـر السابق على مرضـهـا كانت تصر على أن يبقى معها لأنها تشـعر بـالخوف.. وكانت تطلب منــه ــ على غير عـادتها ــ أن يلتقى بها فى الفـراش.. وأزعجتـه جرأتها وكـان فى معظم الأحوال لا يلبى رغبتهـا.. وسافـر لعمل وعاد بعد عشرة أيـام ليجدهـا تصرخ فى وجهه بأنــه ليس زوجها الحقيقى.. بل هو شخص آخر يأخذ مكان زوجها.

●● مرض أم عـرض .. ؟ أى هل هذه الحالة مرض مستقل بـذاته دون وجود أعراض أخرى أم هى أحد المظاهر لمرض آخر..؟

من النادر أن تكون حالة مستقلة.. وفى الغالب نرى أعراض مرض الاكتئاب ومرض الفصام.. أكثر فى النسـاء .. ولكنها قد تصيب الرجال أيضا.. وهى تسمى حالة «كايجراس» أو «هذاء الثنائية».

●● مريض الاكتئـاب يعتقد أن أطفـاله قـد استبدلـوا وأن هؤلاء الأطفال الذين يعيشـون معه الآن ليسوا أطفاله الحقيقيين.

●● الشاب المصاب بالفصام يؤكـد انه لايعيش حاليا مع والديه الحقيقيين.. وإنما هذان الشخصان يحتلان مكـان والديه.. ولهذا فهو يرفض التعامل معهما..

●● والسيـدة المتقدمـة فى العمـر والتى أصابها الفصـام أخيرا.. تـؤكد أن الـرجل الذى يعيش معهـا الآن ليس زوجها وإنما هـو رجل غريب يأخذ مكان زوجها..

يظهـر هذا العـرض مع بدايـة المرض أو أثناء تطـوره.. والشخص المتهم يكون أحد الأقـرباء كالزوج أو الوالـدين أو الأبناء أو الأشقاء.. الشخص المتهم هو صـورة طبق الأصل من الشخص الحقيقى، ولكنه ليس هو.. يقر المريض هذه الحقيقة وهـو فى كامل وعيه وانتباهه.. أى لايـوجد أى اضطـراب فى حـواسه ولا يـوجـد أى تشوش فى الـوعى.. والإدراك هنـا سليم تمامـا.. ولكن المريض يعـانـى من اضطـراب فى وجدانه أسقطه على تفكيره فتكون لديه الاعتقاد الخاطىء بأن شخصا قـد حل محل شخص آخر وأنـه بـالرغم من تطـابقهما الشكلى إلا أن عواطفه تدرك الحقيقة..

إذن هنـاك انفصـال عن الـواقع.. هنـاك خلل أصـاب هذا الـواقع.. إدراك المريض لهذا الواقع اختلف عن إدراك المحيطين بـه.. ماذا تقول هذه السيدة لزوجها الذى تعتقد أنه ليس زوجها..

تقـول : أنت لست أنت .. هنـاك رجل فى داخلى.. ورجل خـارجى..

زوج حقيقى.. وزوج ليس حقيقيا.. هناك إثنان.. متشابهان.. أخدهما اعترف به والآخر لا أعترف به.. رجل أحبه ورجل أكرهه.. رجل أريده ورجل لا أريده..

أنت .. أنت أكرهك .. أنت إنسان سيىء .. لا أريد الحياة معك.. اخرج من حياتى.. إذا اردت أن تعيش معى فلن تجدنى.. سأنتحر ولن يبقى لك شىء.. أنا أريد الرجل الآخر الذى أحبه.. الذى أحببته طوال عمرى.. الرجل الطيب.. الرجل الذى يحبنى.. الرجل الذى يرغبنى..

● إذن هى الثنائية الوجدانية.. الحب والكراهية معا.. لايمكن أن يجتمعا.. لأنه لا يمكن أن تحب وتكره فى نفس الوقت.. ولهذا لابد من اثنين.. أى لابد أن ينقسم الواحد إلى اثنين.. أحدهما تحبه والآخر تكرهه.. أحدهما تحتفظ له بمشاعر الحب الموجودة منذ زمن بعيد.. والآخر تسقط عليه مشاعر الكراهية التى تكونت حديثا.

ولهذا قبل بداية الحالة كانت تريده.. كانت تلح عليه.. كانت تريد منه أن يؤكد حبه لها.. أن يؤكد رغبته فيها.. كانت تشعر انه ينفصل عنها.. أساء معاملتها.. هجرها.. لم يستمع لندائها.. أهمل أحاسيسها.. استهان بعواطفها.. مرحلة ما قبل ظهور الحالة.. كانت تشعر بالتهديد.. بأن حبه على وشك أن يموت.. داس على كل مشاعرها فكرهته، ولكنها لا تستطيع أن تكرهه لأنها تحبه.. ولهذا تكون عندها هذه الحالة الوجدانية المتناقضة.. الثنائية الوجدانية.. الحب والكراهية معا..

لم يكن أمامها مفر إلا أن تنفصل عن الواقع.. أن تحتفظ لنفسها بصورة حبيبها الذى تحبه ويحبها.. هذه الصورة تعطيها الطمأنينة.. لايمكن أن يهجرنى.. أسمع منه كلمات الحب.. أرى فى عينيه الرغبة وأنها مخلصة له وهو مخلص لى..

ولكن هناك شخص آخر لا يحبنى ولهذا أنا لا أحبه. شخص

أكرهه. شخص يشبه حبيبى..

هذا الشبيه يتيح له أن تسقط عليه مشاعر الكراهية التى تشعر بها..

ولهذا فإن كيان هذه السيدة قد تفكك.. وبذلك فقدت اتصالها بالواقع وسقطت فى دائرة المرض العقلى.

● الحل لمشكلة التناقض الوجدانى أو الثنائية الوجدانية هو تصور وجود هذا الشخص الثانى لكى تسقط عليه مشاعر العدوان والكراهية دون أن تشعر بالذنب إذا وجهت هذه المشاعر لحبيبها.. فبينما احتفظت لحبيبها بالمشاعر الطيبة أسقطت المشاعر السيئة على شبيهه.. حدث ذلك بعد ان فشلت فى الحصول على الطمأنينة والتأكيد من حبيبها..

● الثنائية الوجدانية تخلق الشك وعدم التأكد، وبذلك يزيد تدريجيا التوتر الداخلى فى شخصية تعانى أساسا من الحساسية الزائدة والغيرة.. وبذلك يعانى الوجدان أشد المعاناة.. الوجدان الذى أحب. ومن منطلق الحفاظ على هذا الحب تم تصور وجود شخص ثان..

● والحقيقة كما حاولت هذه السيدة أن تعبر عنها هى أننا ندرك بمشاعرنا.. أو بمعنى أدق فإن إدراكنا الحسى يتشكل بمشاعرنا ،أو أن عملية الإدراك الحسى (من خلال الحواس).. تكتسب معناها من خلال مشاعرنا وعواطفنا.. هكذا يتم إدراك الانسان لذاته وإدراكه للناس من حوله وأيضا إدراكه للأشياء..

● أجهزة الاحساس ماهى إلا قنوات توصيل.. ومانراه أو نسمعه أو حتى نلمسه يكتسب معنى.. والمعنى يتم من خلال الوجدان.. إذن الإدراك الحقيقى يتم عن طريق الوجدان.

● هكذا نستقبل عالمنا.. أو هكذا نشعر به فنستقبله.. أو هكذا هو

داخلنا فنراه خارجنا..

إذا حدث الانفصال بين الاحساس والمشاعر نتيجة الاضطراب الوجدانى، فإن الانسان لايقول إن وجدانه مضطرب ولكنه يقول إن الأشياء قد تغيرت أو اختلفت...

فإذا انفصلت مشاعره عن إحساسه بذاته أصابه اختلال الآنية.. وإذا انفصلت مشاعره عن إحساسه بالعالم الخارجى رأى أن هذا العالم قد اختلف وتغير أى إختلال الواقع..

● أما إذا أصيب وجدانه بالتناقض فإن الإنقسام يحدث.. حالة وجدانية بالحب.. وحالة وجدانية بالكراهية.. وهذا مالا يقوى عليه الإنسان.. إذن لابد من عملية إسقاط.. إسقاط الكراهية على شخص.. وإسقاط الحب على شخص آخر.. هذه الثنائية المتعلقة بشخص واحد تحل مشكلة الثنائية الوجدانية..

● وسواء كانت هذه الحالة تظهر مستقلة أو إذا ظهرت كعرض فى مرض الفصام أو مرض الاكتئاب.. فإنها حالة وجدانية تؤدى إلى اضطراب التفكير فينفصل الانسان عن الواقع.. أى انها اضطراب أولى فى الوجدان.. الوجدان الذى يتمسك بحبه وحبيبه.. الوجدان الذى يلح فى طلب التأكيدات من الحبيب.. فإذا أنكره الحبيب لايستطيع أن يعترف بموته تماما كحالة كل إنسان حين ينكر الموت.. حين يموت لنا إنسان عزيز تمر بنا حالة إنكار لموته ، لا نصدق أنه مات بل يلازمنا شعور بأنه لايزال على قيد الحياة وأنه فى سفر، وسنفاجأ به يطرق الباب ويعود ليشاركنا حياتنا..

ما أفظع الموت حينما يختطف حبيبا ..

ما أفظع الموت حينما يختطف حبا ..



أسرار
البيوت
فى
العيادة
النفسية

الجزء
الثانى

فى بيتنا
لص..!

أزواج
وزوجات
أمام
الطبيب
النفسى

زوجى مهندس كبير
وأنا .. أستاذة جامعية ..
أما ابنتى الجميلة المدللة: فإنها لصة !!
انها تذهب إلى الجامعة بسيارة خاصة أنيقة
وما تنفقه على ملابسها وعطورها يزيد على مرتب وكيل وزارة..
ومع ذلك : فانها تسرق .!
نعم .. تسرق أشياء صغيرة لتقع فى مشاكل كبيرة..
لماذا يحدث ذلك ؟
وكيف تتوقف عن هذه الأعمال الرديئة؟
احاول البحث عن الاجابة فى العيادات النفسية..

●● استطاعت أسلاك التليفون أن تنقل بوضوح قدر الهم فى صوت الأم الحزينة وهى تقول بأسف وأسى: لا أصدق أن ابنتى لصة.. لاشك أنها مريضة.. جاءتنى أم صديقتها لتخبرنى ان ابنتى سرقت من بيتهم عشرة جنيهات.. وهذه هى المرة الثانية.. فى المرة الأولى شكوا فى أمرها.. فرتبوا لها طعما وراقبوها فى المرة الثانية وأثبتوا عليها السرقة.. صرخت فى وجهها واتهمتها هى وابنتها بالكذب أو الجنون.. وباندفاع فتحت باب منزلى لتغادره مطرودة.. تماسكت السيدة وقالت بهدوء: لقد جئت لمساعدتك ومساعدة إبنتك.. أنا أعلم أن إبنتك فى حقيبة يدها أضعاف هذا المبلغ التافه..

أحسست فى كلامها الصدق الذى جعلنى أتيقن أن ابنتى قد فعلتها.. ولكننى أصررت على خروجها لأثبت لها — بيأس — عدم تصديقى والذى يعنى أن ابنتى لم تسرق.. وبلا روية اندفعت بجنون ناحية ابنتى فوجدت دموعها أسبق من سؤالى..

كصاعقة هبطت فجأة من السماء بلا إنذار.. دقت أجراس الإنذار فى المتجر الكبير بإحدى العواصم الأوربية فاندفع رجل الشرطة نحو

السيدة التى كانت فى طريقها إلى خارج المتجر عبر الباب الذى دقت من عنده الاجراس.. وفى حجرة التفتيش أخرجوا من حقيبتها «بلوزة» لم تدفع ثمنها.. أراد زوجها أن يؤكد أن هناك خطأ ما. ولكن قرأ فى وجه زوجته الحقيقة.. ولأن البلوزة كانت رخيصة الثمن متواضعة القيمة وأيضا لا تناسب مقاسها.. ولأنها كانت قد دفعت مئات الجنيهات لأشياء اشترتها فعلا من المتجر.. ولأنهم تحققوا من المكانة الاجتماعية المرموقة التى يشغلها زوجها فى بلده.. لذلك قرروا الافراج عنها.. ونصحوا زوجها بعلاجها عند عودتها للوطن.

جلست أمامى باعتدال شامخة الرأس باردة النظرات. توحى ملابسها والمجوهرات التى تدلت من أذنيها والتفت حول رقبتها وأحاطت بأصابعها بثراء وفير.. وأيضا أصيل عريق لحسن تناسق مظهرها.. الأمر الذى ساعد فى تضخيم هالة الكبرياء التى تشع منها.. ولكنها حين بدأت تتكلم بصوت متداع بدت كجبل من طين هش أخذ فى الانهيار لعدم تماسك داخله.

قالت: أرجوك إحمنى من نفسى.. لقد تعرضت اليوم لأقسى موقف فى حياتى.. أدركت معنى أن يتمنى الانسان فى موقف ما أن تنشق الأرض لتبتلعه حتى وإن كان فى ذلك هلاكه.. المعنى هنا أنه يريد أن يهرب من تلك العيون التى تدينه وتشعره بالخزى..

كنت فى زيارة أعز صديقاتى.. ذهبت لتعد لنا قهوة إعتدنا أن نشربها معا فى لقاءات مودة.. عاودتنى حالة القلق التى أشعر بها عند كل زيارة لهذا المكان.. أخذ توترى الداخلى يتصاعد تدريجيا حتى وصل إلى حلقى فشعرت بجفافه وكأنه انشق فتعرض لشمس حارقة.. اهتز كل جسدى وانتفض قلبى بعنف.. فدارت عينى فى المكان فبصرت زجاجة عطرها على مقربة منى.. داهمتنى الرغبة فى أخذها.. حاولت أن أقاوم ولكننى فشلت مثل فشلى فى مرات سابقة..

تحركت قدماى بلهفة وخوف.. وقعت يدى المشتاقة عليها فتلذذت بملمسها وأحسست بسعادة غامرة وزال عنى كل توترى.. فتحت حقيبة يدى بسرعة وإذا بصديقتى فوق رأسي.. رمقتنى بنظرة تجمع فيها خليط من الدهشة والعتاب والاحتقار.. فانهارت أصابعى ووقعت زجاجة العطر على الأرض. وفاحت رائحة العار من العرق الذى بلل كل جسدى..

قالت صديقتى بصوت فيه تهكم وحسرة: الآن زال عجبى وأدركت سر إختفاء أشياء منى كل مرة تشرفيننى فيها بزيارتك..

لا أدرى إذا كنت قد غادرت منزلها بإرادتى أم بناء على رغبة منها.. أما وقد انكشف أمرى. وهذا ماكنت أخشاه وأتوقعه. فلا مفر من ان تحاول ان تساعدنى.

تعرف الحالة فى الطب النفسى باسم «جنون السرقة».. وهى ليست بجنون وأيضا ليست بسرقة.. ولكن لأنها حالة غير سوية فقد أطلق عليها بتجاوز مخل جنونا.. ولأنها تمثل اعتداء على ممتلكات الآخرين فقط أطلق عليها بتجاوز مخل سرقة.. فهى ليست جنونا لأن صاحبها لا يعانى من أى إضطراب فى التفكير أى لاتسيطر عليه الهذاءات أو الضالات. كما لايعانى من أى هلاوس.. بل أن شخصيته متماسكة وسلوكه الاجتماعى سوى.. ولاتبدو عليه أية أعراض مرضية..

وهى ليست سرقة لأن السارق يخطط.. وينوى.. ويرغب فى الشىء المسروق. ويستعمله ويستفيد به بعد إتمام السرقة..

الحالة هنا مختلفة.. فالمريض يعانى.. يعانى من فشله المتكرر فى مقاومة رغبة ملحة بالسرقة.. أى أن هناك رغبة ملحة تدفعه ليمد يده. ولكنه يقاوم ويقاوم.. ولكنه يفشل فى مقاومته.. أى أن هناك قوتين متعارضتين.. قوة تدفعه للسرقة.. وقوة أخرى تحاول منعه، لأن

السرقة حرام.. ولأنها مخلة بالشرف.. ولكن رغبة السرقة تنتصر. ويفشل المريض فى مقاومتها فى كل مرة..

اللص الحقيقى ليست لديه هذه القوة التى تقاوم رغبة السرقة.. ورغبة السرقة لا تأتى بشكل مفاجىء قهرى وملح. ولكنه يخطط لها. وقد يشترك معه آخرون..

ومريضنا أو مريضتنا لا يقصد الشىء المسروق لذاته.. فهو لايسرق بقصد إقتناء هذا الشىء أو استعماله والاستفادة منه.. أى لايسرق للقيمة المادية للشىء المسروق.. فالأشياء المسروقة إما أن ترمى أو ترد لأصحابها أو يقوم باخفائها للأبد.. أما اللص الحقيقى فهو يبغى الشىء المسروق للاستفادة المادية من ورائه..

ومريضنا يملك المال لشراء هذا الشىء.. أى أنه لايعانى حرمانا ماديا. ويستطيع بسهولة أن يشترى هذا الشىء المسروق والذى قد لايتجاوز ثمنه قروشا أو جنيهات معدودة.. فهو لايسرق مثلا مئات أو الوف الجنيهات. وإنما قد يسرق عشرة جنيهات.. وهى لاتسرق فراء ثمينا بآلاف الجنيهات. ولكنها تسرق بلوزة لايتجاوز ثمنها عشرة جنيهات.. وهذا يكشف لنا عن حقيقة هامة. وهى أن عملية السرقة هى الهدف وليس الشىء المسروق. لأنه فى كل الأحوال يكون شيئا تافها هو فى غنى عنه. ويملك أكثر منه ويستطيع إقتناءه بالشراء بسهولة..

كيف تتم عملية السرقة .. ؟

بلا أى تخطيط أو إعداد أو فكرة مسبقة.. وفجأة تقع عيناها على الشىء.. فيتصاعد داخلها وبسرعة الاحساس بالتوتر.. قد يصاحب ذلك أعراض فسيولوجية كسرعة ضربات القلب والعرق وجفاف الحلق وتزوغ عيناها. مع عدم القدرة على التركيز.. ولكنها تظل محتفظة بوعيها الكامل.. وتسيطر عليها رغبة قهرية فى سرقة هذا

الشىء.. ولكنها تقاوم وتقاوم.. وفى النهاية تفشل مقاومتها.. فتتحرك بحذر نحو هذا الشىء.. وتنتهز الفرصة لتلتقطه بسرعة وتخفيه.. فى تلك اللحظة الحاسمة يزول عنها تماما التوتر. بل وتشعر بالاسترخاء والتلذذ والإحساس بالارضاء.. تماما كما يشعر العطشان بالارتواء.. هو نفس الاحساس بإطفاء العطش.. التخلص من التوتر هو الذى يحقق الشعور بالرضى واللذة.. بعدها قد لا تشعر بالذنب.. ولكن فى فى بعض الأحيان يكون هناك إحساس بالتعاسة والاكتئاب والشعور بالذنب.. وقد يكون هناك قلق وخوف من العواقب.. ثم تنسى تماما الشىء الذى سرقته.. ولهذا تتخلص منه بسرعة.. قد تعيده إلى أصحابه.. وقد تقذف به فى الطريق.. وأحيانا تخفيه فى مكان مأمون دون أى رغبة فى استعماله أو الاحتياج له فى وقت لاحق..

وتعاودها الحالة مرات ومرات.. ويصاحبها نفس الفشل.. وليس بالضرورة أن تسرق فى كل مرة من نفس المكان أو من نفس الأشخاص أو نفس الأشياء.. فهى لاتعرف متى ومن أين وممن ستسرق فى المرة القادمة..

وتسأل بعد إتمام السرقة.. لماذا؟ لماذا فعلت ذلك..؟

ولكنها لاتستطيع أن تجيب نفسها.. ولاتستطيع أن تجيب المحقق إذا اكتشف أمرها .. ولا تستطيع أن تجيب الطبيب عن دوافعها الشعورية.. فالدوافع الحقيقية موجودة فى اللاشعور وهى لاتعرف عنها شيئا.. فهى حائرة من أمر نفسها.. فهى تعى وتدرك ان الإنسان قد يسرق حين يكون محتاجا لما يسرقه أو يسرق لطمعه وشراهته.. أو يسرق لاضطراب فى أخلاقه وسلوكه.. ولكنها ليست كذلك..

هل هى رغبة فى إيذاء الآخرين حين تأخذ مايمتلكون؟

بلا شك ليست هناك رغبة فى شىء محدد.. ولكنها الرغبة فى الفعل.. واللحظات الحاسمة هى تلك التى تلتقط فيها هذا الشىء..

والضحيـة قد تكـون أعز صـديقـة أو شقيقة أو الـوالدين.. وقـد تتم السرقة من مكـان عام كـالنادى أو مكـان العمل أو متجر كبير.. وهى أكثر فى النساء.. وأكثر بعد سن الثـلاثين.. غالبا ماتكون بين الأربعين والخمسين.. وتكثـر أيضـا فى مرحلـة المراهقـة وتحت سن العشرين.. والغريب أنها تزداد قبل الدورة الشهرية أو اثناءها..

هناك تفسيرات نفسيـة عديدة.. ولكن السمـة الغالبة أنها إنسـانة تعانى من الوحدة والشعور بأنها منبـوذة.. والسمة الغالبة أيضا أنها تعانى من قلق مـزمن مع مشاعـر مسيطرة بالتعـاسة تصل فى بعض الحالات إلى إكتئاب فعلى.. فكل الأبحـاث أثبتت بشكل قاطـع أن نسبة كبيرة من هذه الحالات تعانى من حـالة إكتئاب.. وذلك يفسر السرقات التى تحدث من مـرضى الاكتئـاب والهوس الـدورى.. ويفسر أيضـا ارتفاع نسبة حدوثها قبل أو اثنـاء الدورة الشهرية.. ومن المعروف أن المرأة تعانى من اضطرابات إنفعالية أهمها الاكتئاب بسبب الدورة..

فرويـد يرى أن أى سـارق لديـه إحساس بـالذنـب على مستوى اللاشعـور. وإنه بحاجة إلى العقـاب.. ولهذا فهو يسرق حتى يكتشف أمره ويتم عقابه. وبذلك يتخلص من مشاعر الذنب.

ولكن هنـاك إجماع بين المحللين النفسيين أن أصل المشكلة يـرجع إلى مـرحلة الطفـولـة حين يتعرض الطفل لـلإهمال وجـرح المشاعـر وافتقاد الحب .. الحب الذى يحقق الإرضـاء واللذة .. ولهذا يظل يعانى من الحرمان العاطفى .. الحرمان الذى تعـرض له فى أهم مراحل نموه النفسى .. ولهذا فهـو يسرق .. أى شـىء لعل ذلك يحقق لـه حـالـة الإرضاء .. إنه يأخذ من الآخرين أشياء كبديل لحبهم المفقود ..

إنها الرغبـة فى امتلاك أشياء للحصـول على قوة يحارب بها حـالة فقده المعنـويات .. هذا الإنسـان يفقد معنويـاته بسرعة .. لأقل مـؤثر خارجى تهبط معنـوياته .. والمؤثـر يأتى من خلال اضطراب عـلاقته

بـالآخـــرين ، خـلاف أو صراع أو إهمال أو نبـذ .. بسرعــة يـداهمه الاكتئاب.. يغـوص قلبه إلى أسفل .. ينطبـق صدره .. يشعــر بالجوع العـاطفى .. يشـعـر بالاحتيـاج إلى نظـرة حنـان أو كلمة ود .. يشعـر بالاحتيـاج إلى الطمأنينة من خلال حب الآخـرين واهتمامهم .. بسرعة أيضا تنخفض المعنويات حين يفتقد هذه الأشياء ..

حين تتم عملية السرقـة فإنه يأخـذ شيئا ويمتلكـه .. والسرقة تتم تحقيقا لرغبة قهرية .. أى أن هناك احتيـاجا ملحا .. وبعد أن يأخذ هذا الشىء تطمئن نفســه وتهدأ ..يشعر بـالإرضاء .. إنــه بديل الإرضــاء العاطفى... وبما أن السرقة تمثل عدوانـا على الآخرين .. فهذا يعنى أن رغبة الامتلاك ليست خالصة وحدهـا .. وإنما يصاحبها رغبة عدوانية تجاه الآخـرين .. فالآخـرون هم الـذين نبذوه وعـزلـوه وحرمـوه من الحب..

إذن هى تعبير عن عـدوان لا شعورى كـامن .. عدوان سببـه الألم والإحباط .. فمشكلة الإنســان هى إنسان آخر أو مجموعـة من الناس كان له أو لهم تأثير سلبى فى حياته .. وخاصة فى طفولته .. تركوا آثارا لجروح على جدار نفســه .. فأصبح حساســا لأى مشكلة إنســانية .. أصبح حساسا لموقف الآخرين منــه ومشاعرهم تجاهه .. لا يستطيع أن يصمد لغدر الآخرين أو تنكرهم له أو اتحادهم ضده ..

فساد الهواء الســارى بينه وبينهم يخنـق صدره بسهـولة ويهدد حياته .. اختفاء نبرات الود مـن أصواتهم تحرق أذنيه .. نظرات العداء أو السخـرية فى عيـونهم تفقأ عينيه .. حين يـولونـه ظهورهم يشعـر بــالغربـة والضياع .. حين تـرفض أيـديهم مصافحتـه تنهزم نفســه ويشعر بالضآلة ..

إذن هى حالـة من الحساسية ورثهـا فى طفولته نتيجـة لاضطراب العـلاقة مع الأب والأم .. وتعـاود الحساسيـة الظهور حين يتعـرض

لمواقف إنسانية مشابهة يشعر فيها بالوحدة والعزلة .. فيداهمه الاكتئاب .. ولا سبيل للتخلص من هذا الاكتئاب إلا أن يمد يده لشىء يمتلكه إنسان آخر .. إنها لحظة إثارة تخدر أحاسيسه القلقة .. لحظة إثارة يحتاج إليها ليوقظ أحاسيسه الراكدة بفعل الاكتئاب .. لحظة إثارة لرفع معنويات متداعية هبطت إلى القاع ..

● تقول فتاة الجامعة التى سرقت من بيت صديقها عشرة جنيهات :

هجرنا أبى منذ خمس عشرة سنة حين كان عمرى أربع سنوات لسوء معاملة أمى له .. عشت مع أمى وجدتى فى شبه قصر يزخر بحجراته الخاوية الباردة .. عالمى كان حجرتى التى تفصلها مئات الأميال عن حجرة أمى التى عاشت فى عزلة بعد أن هرب منها زوجها ..

انقطعنا عن العالم وانقطع عنا .. ولا أذكر يوما أن صديقا ودودا طرق بابنا .. وكل من يحاول أن يقترب منا هو من وجهة نظر أمى يطمع فينا ويريد استغلالنا .. فالعالم كله سيىء ملىء بالأشرار والانتهازيين .. ولا أعتقد أن معاملتها لى اختلفت عن معاملتها مع أبى الذى فر بجلده .. كنت أشعر وكأن بيتنا مدرسة أنا الطالبة الوحيدة فيها وأمى هى الناظرة التى تفرغت للطالبة اليتيمة..فى أوقات كثيرة كنت أشعر أنها تكرهنى لأنى أشابه أبى شكلا وعماتى سلوكا .. كانت دائما تنعى حظى وحظها لأنى اكتسبت الصفات الوراثية لأسرة أبى .. ولم أرث منها ومن أسرتها بعض فضائلها الشكلية والسلوكية.. راودتنى كثيرا فكرة الهروب مثلما فعل أبى .. وحين كنت أنهار وأعترض كانت تبكى بضعف مؤكدة حبها لى وإننى الأمل الوحيد الباقى فى حياتها .. وأنها تريدنى أن أكون أحسن الناس ..

تنفست الصعداء حين التحقت بالجامعة لأرى العالم وأعايشه وأتعامل معه بحريتى وإرادتى .. ولكننى صدمت بعجزى عن التعامل

مع الناس .. التعامل الذى يقتضى أن تعطى مثلما تأخذ.. أحسست بالغربة والاختلاف.. شعرت أنى منبوذة وحيدة.. كنت أعود إلى بيتى منهارة وباكية وتصاعدت مشاعرى السلبية تجاه أمى وأيقنت أنها السبب فى عجزى.. كانت حجتها أنها أرادت أن تحمينى من خبث الناس.. تماما مثل الأم التى تحمل طفلها لأنها تخشى عليه الوقوع والاصابة إذا حاول أن يمشى حتى تضمر عضلاته ويعجز عن المشى حين يكبر.. سيطر الاكتئاب على حياتى. ولم أكن أستطيع أن أتكلم أو أشكو.. حتى راودتنى الرغبة الملحة فى أن تمتد يدى إلى أشياء لاتخصنى.. وكانت البداية مع أشياء أمى.. ولم تتصور إطلاقا أننى السارقة.. وفى كل مرة يختفى شىء كانت تتهم الخدم حتى فروا منها. وتحملت كل الأعباء بمفردها..

وفى العام الجامعى الثانى نجحت فى إقامة علاقة مع صديقتين.. فهدأت نفس وزال عنى هذا العرض السخيف.. ولكننى صدمت بعنف حينما ابتعدتا عنى.. وأصبحتا أكثر إقترابا من بعضهما وتركانى وحيدة معزولة.. فساءت حالتى أكثر. وأصابتنى مرارة دائمة.. وعاودتنى رغبة السرقة.. ولكنها فى هذه المرة خرجت من نطاق بيتى إلى أى مكان أتواجد فيه وخاصة فى أى بيت أزوره.. أقاربى أو زميلاتى.. كنت أشعر بالهدوء النسبى بعد أن تتم السرقة وكأننى حققت انتصارا أستحق عليه مكافأة.. وكانت سعادتى مضاعفة حين كنت أسرق من إحدى زميلاتى.. كنت أشعر بالنشوة وأنا أراها تبحث عن الشىء الذى فقدته. حتى وإن كان قلما رخيصا ثمنه بضعة قروش.. واقتربت من زميلة أخرى وتوطدت بيننا صداقة كانت تبشر بعلاقة ودودة مستقرة.. وتصورت أن مشاكلى انتهت.. ولكننى فوجئت برغبة السرقة تعاودنى وأنا فى منزلها رغم حبى لها وحبها لى.. وكأننى كنت أتوقع منها الغدر وأنها ستنبذنى فى يوم من الأيام مثلما

فعلـــــت بقية الزميلات.. لا أفهم لماذا كنت أسرق رغم أننى أحتقر كل سارق..

تقـول السيدة التى ذهبـت مع زوجها فى سيـاحـة لاحدى الـدول الأوربية ثم ضبطوهـا بسرقة بلوزة رخيصة السعر من أحـد المتاجر: ولــدت لأب سكير وأم تلعنـه فى كل وقت.. وفى المرات المعــدودة التى قبلنى فيها كنت أشعــر بالاشمئـزاز لرائحة لم تكن تفـارق فمه. ربما لأن معـدته لم تخل فى أى وقت مــن الخمر.. ســاءت حـالته الصحيـة وتعطل عن العمل.. واضطــرت أمى للعمل حتى تعــولنـا.. شقيقتى الوحيدة التى كانت تكبرنى سنـا وتقل عنى جمالا لم تأبه لما حدث فى بيتنا لأنها استطـاعت أن تجد متنفسا فى لهوها وعبثهـا خارج البيت.. ولكننى لم استطع أن أمشـى فى طـريقهـا كما لم أستطع أن أنفصل بـوجـدانى عن أبى وأم.. ولكنى استجبت لأول طـارق طلبنى للـزواج وأنا بعـد لم أنته من تعليمــى الثانوى.. كـان يكبرنى بعشرين عـاما.. وأذعنت أمى نظرا لمكـانته الاجتماعية المرمـوقة وموقفه المادى شـديد التميز.. لم أشعـر بـأى عاطفة نحوه حتى هذه اللحظـة.. ورغم انبهاره بجمالى فى بـدايـة زواجنا إلا أنـه أهملنى بعـد أن أنجبت طفلى الأول .. وهجرنى تمامـا بعد طفلى الثانى. وكـان يظن أن ماله ورحـلاتى معه لأوربا تعـوضنى عن إفتقاده كرجل.. وأصـابتنى كآبة عجـزت معها عقاقير الأطبـاء النفسيين.. وكانت حالتـى تسوء أكثر فى الأيـام القليلة التى تسبق مـوعد الـدورة الشهرية. حيث يمتـزج إكتئابى بقلـق حاد يجعل حياتى عذابا..

وبدون أن أفهم وجدتنى تحت تأثير رغبة قهرية تعاودنى من وقت لآخـر لأسرق أى شـىء من أى إنسان ومن أى مكـان.. كـانت تلك هى اللحظات الـوحيدة التى يهدأ فيها قلقى وتخف حدة اكتئـابى.. ولكنه

كان تحسنا زائفا مؤقتا لساعات كتأثير الخمر التى سرعان ما يختفى مفعولها المهدىء للقلق مع تطايرها من المخ..

لم أكن أشعر بأى تأنيب لضميرى بعد كل مرة، كان وجدانى متبلدا.. سرقت حوالى عشرين أو ثلاثين مرة ولكننى لا أتذكر ماذا سرقت ولا أين تلك الأشياء التى سرقتها..

وقالت السيدة التى حاولت أن تسرق زجاجة العطر من بيت صديقتها:

قد لا تصدق أننى لم أعرف عن تفاصيل العلاقة الجنسية بين الزوجين إلا فى اليوم السابق على زفافى حين تطوعت إحدى خالاتى بتزويدى بهذه المعلومات. لأنه كان من المستحيل أن تقوم أمى بهذا الدور. لأنها ظلت على مدى عشرين عاما لا تتناول موضوع الجنس معى إلا بعينيها اللتين كانتا تنقلان لى التحذير والترهيب من مجرد مناقشة هذا الموضوع فى ذهنى أو مجرد تصوره فى خيالى.. إنه الإثم بعينه.. لو تجرأ عقلى وطرح الموضوع بالفكرة أو بالصورة.. فما بالك بالتمنى والرغبات.. ولذا ماتت كل أحاسيسى فى الليلة الأولى وعلى مدى عشر سنين حتى الآن..

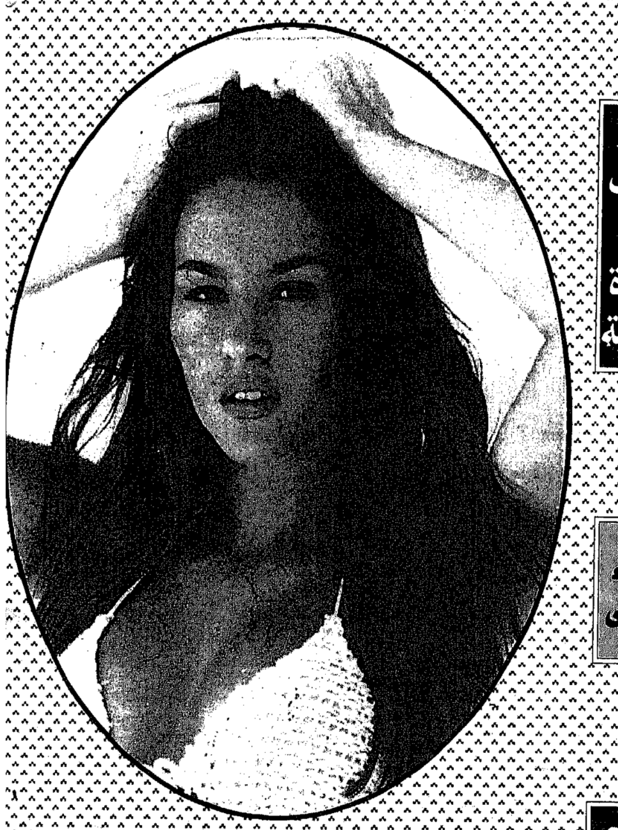
نشأت فى بيت أب من أغنياء جنوب مصر الذى سلمنى إلى ابن أخيه. فلم أشعر أن حياتى تغيرت كثيرا بانتقالى من بيت الأب إلى بيت الزوج. بالرغم من السنوات التى قضاها الزوج فى أوربا للحصول على أعلى درجة جامعية.. أخذته منى كتبه ومراجعه وأخذنى منه تبلد مشاعرى.. لم أنعم منه إلا بإسمه اللامع. كما لم أنعم من والدى إلا بماله بعد وفاته.. وعشت فى فراغ لم يبدده قضاء معظم وقتى مع صديقاتى.. ورغم تفوقى عليهن مالا وجمالا ومكانة إلا أننى كنت أشعر أننى الأدنى فى أنوثتى التى وأدتها أمى وكثف زوجى فوقها التراب.. حتى زوجة البواب كنت أشعر بتفوقها على.. ولهذا كنت أبالغ

فى مظهرى وأبالغ فى كبريائى الذى كان يفقدنى أحيانا كثيرا من الناس..

أحسست أن حياتى خاوية من المعنى والهدف فلازمنى الاكتئاب الذى أدى إلى تكسير معنوياتى.. وبلا سبب مفهوم لى أصبحت تراودنى رغبة ملحة فى سرقة أى شىء من عند أى صديقة أزور بيتها.. تلك كانت اللحظات الوحيدة التى أشعر فيها بالاثارة.. إثارة تنتشر فى كل أجزاء جسدى فأشعر بنشوة لذيذة منعشة أعود بعدها إلى بيتى لأنام نوما هادئا عميقا.. ولم أفكر فى أن أمتنع عن ذلك السلوك المهين حتى لا أحرم نفسى من تلك الأحاسيس.. ففجأة أشعر بالتوتر يهز كل خلية فى جسدى.. وحين تمتد يدى لتسرق أشعر بالنشوة تتدفق رويدا رويدا حتى أصاب برعشة شديدة مرتقبة تنتهى فى ثوان أهدأ بعدها..

●●●

القاسم المشترك بين الحالات الثلاث هو الحرمان.. الحرمان من التواصل الانسانى بأى من أشكاله الفكرية أو الوجدانية أو الجسدية.. ولهذا عانت هذه الحالات من الإكتئاب ، وتجىء السرقة لتهز النفس أو الجسد وتزحزح الإكتئاب الجاثم على نفسى للحظات كشهاب من نار يبدد ظلام الكون لثوان. ويحرق من يلامسه ثم يحرق نفسه.



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

بأظافرى.. أمزق وجهى..!

أعرف أن مظهر وجهى قد أصبح منفرا!

وأعرف أن سبب ذلك هو أظافرى التى تنهش جلد وجهى بلا رحمة..

نعم .. أظافرى أنا ..

ولكن .. ماذا أفعل وقد فشلت فى إيقاف أصابعى عن هذا العدوان على وجهى!

إنها جريمة ارتكبها .. ولن ينقذنى من نفسى إلا : الطبيب النفسى!!

●● هذه الحالة تمثل صورة من صور إيذاء الذات.. عداء الانسان لنفسه.. عدوانه على جسده لتشويهه.. مستخدما يده وأظافرها فى خدش جلده حتى تدميه وتحدث جروحا تترك آثارا قد لاتمحى..

وتمتد الأصابع للشعر فتنزعه من جذوره تاركة مساحات جرداء فى الرأس كمن أصابه صلع مبكر أو اصابه مرض أدى إلى تساقط شعره..

●● يتألم الانسان لهذه الفتاة الجميلة ذات الخد المشوه ويتصور أن اعتداء وحشيا وقع عليها من يد آثمة اغمدت أظافرها فى جلدها. ويندهش غير مصدق أن هذه البلد هى يدها هى.. كل فتاة فى عمرها أو أى امرأة فى أى عمر يقلقها شكلها ومظهرها وتحرص على أن تبدو فى أكمل وأجمل صورة وتتألم إلى حد الحسرة إذا أصابها ما يجرح جمالها .. وتبذل جهدا فى أن تعالج وتدارى عيوبا وخاصة إذا كان الأمر يتعلق بجلدها .. ولكن هذه الفتاة عامدة متعمدة تسىء إلى هذا الجلد وفى أبرز مكان تقع عليه عيون الناس.

يتألم الانسان أيضا ويتعاطف مع هذه الفتاة الجميلة الصغيرة التى بدأ شعرها فى التساقط فى هذه السن الغضه فظهرت مساحات فى

رأسها تشبه صلع الرجال.. يتصورها الانسان بائسة وباكية على مستقبلها الذى ضاع .. فما أهم شعر الانسان ومدى تأثيره على الشكل ..

ويندهش غير مصدق أن يدها هى قد تحولت إلى مقص طائش تملكه الانتقام فراح ينتزع الشعر بلا هوادة أو رحمة .

تقول الفتاة فى محاولة لوصف حالتها : من الصعب أن أصف لك كيف أشعر قبل أن تمتد يدى إلى رأسى .. انها حالة من القهر لا أستطيع مقاومتها .. رغبة عارمة تتملكنى لأرفع يدى إلى هذا الجزء من رأسى لأعريه من شعره .. تتوتر يدى .. تتشابك الأصابع فى ضغط متبادل وكأنها تقاوم شيئا .. وكأنها تضغط على شىء تحتويه لتحطيمه .. وتدريجيا تتخاذل فتتباعد مستسلمة .. وفى نفس الوقت أحس بأشياء غريبة فى تلك المنطقة من رأسى .. شىء يسرى تحت الجلد فيقلق جذور شعرى وأكاد أحس بكل شعرة على حدة .. يتركز كل الاحساس فى هذه المنطقة وتتحرك مشاعرى تجاهها وكأنها تنادى أو تستغيث فتهرع يدى إليها .. وعند هذه اللحظة ينصرف وعيى عنها .. وبدون إرادة أو فهم انتزع شعرة شعرة .. تتحرك أصابعى بمهارة لتلتقط كل شعرة على حدة .. ولكن أصابعى لا تستسلم وتلجأ إلى العنف لنزعها، ترفعها .. ثم تبسطها أمام عينى فأشعر بالارتياح .. وتتعاون الأصابع فى لف الشعرة حول أحدها وكأنها وقعت فى أسر لا فكاك ثم يرفعونها لأسنانى لتقضمها أو لأنفى لتشمها.

وتعاود الأصابع نشاطها مرة تلو مرة حتى تهدأ نفسى .. أو حين أحس بألم شديد فى هذه المنطقة من الرأس التى انتزع معظم ما فيه من الشعر مرة واحدة.

● تسألنى، ألا أخاف أن أفقد كل شعرى بهذه الطريقة .. أجيبك: إننى لا أفكر فى هذا كثيرا. إننى أحاول تغطيته أو ألبس باروكة

أحيانا وإذا كنت خائفة حقا لما كررت هذا الأمر مئات المرات حتى فقدت نصف شعرى كما ترى .. أقول لك انها رغبة عارمة قهرية تدفعنى دفعا إلى انتزاع شعرى .. إذا قاومتها أشعر بقلق وغيظ ولا تهدأ نفسى إلا بعد أن أشعر بالألم فى رأسى .. بعد أن أنزع أكبر قدر من الشعر.

لا أستطيع أن أقرأ أو أكتب إلا وأصابعى تمارس هوايتها فى شعرى .. وحين أتأهب للنوم .. وحين أكون وحيدة.. وحين يسرح خيالى بعيدا وتستولى على أحلام اليقظة .. وحين أشعر بالغيظ من إنسان .. أجلس حزينة مهمومة لسبب ما أو بدون سبب .. تنبهنى أمى فأتوقف .. دهشتها تحولت إلى قلق ثم إلى غضب وأصبحت متفرغة لمراقبتى بين أصابعى وبين شعرى.

● البعض قد ينزع شعر الحاجب أو الرموش أو الشارب ..

● الحالة قد تصيب الأطفال أيضا .. والتحليل النفسى يرى أن عدوان الطفل تجاه نفسه هو أساسا عدوان موجه إلى الأب والأم لاهمالهما له .. وقد تمتد يده إلى شعر طفل آخر يريد نزعه .. وهنا تجتمع المازوخية والسادية.

● بعض الحالات تظهر فى مرض الفصام الاضطهادى.. ولكن فى معظم الحالات لا يوجد مرض عقلى .. وإنما تظهر الحالة فى شخصية تتسم بالعجز والاعتمادية تعانى صراعات نفسية ناشئة عن عجزها فى التعامل مع الناس والتكيف مع الواقع ومواجهة المشاكل والمواقف الصعبة.. والصراع أيضا بسبب عدم قدرتها على الاستقلال العاطفى.. فهناك الرغبة فى الاستقلال وعدم القدرة عليه فى نفس الوقت.

البعض يرى أن نزع الشعر يحقق لذة نتيجة للألم المصاحب فالصراعات التى تعانى منها هذه الحالة تدور حول موضع الجنس والاحساس بالذنب المصاحب له.

نعود مرة أخرى إلى تفحص مشاعر هذه الفتاة والغوص فى

أعماقها.. ماذا تفعل بنفسها..؟ إنها تعتدى على نفسها.. وهذا يعنى انها تشعر بالعداء تجاه نفسها.. هذا العداء يولد لديها الرغبة فى الاعتداء.. وهو اعتداء جسيم يهدد جمالها.. نسترجع كلماتها فنجدها تقول إنها لا تستطيع مقاومة هذه الرغبة .. وأنها حين تنزع شعرها تكون غير واعية .. ثم تهدأ مع كل شعرة تنتزعها .. ثم تقول فى النهاية أنها لا تشعر بالأسى حتي بعد أن فقدت شعرها وهنا تبرز عدة أسئلة : هل معقول أن يناصب الانسان نفسه العداء..؟ هل يمكن أن يعتدى الانسان على نفسه بهذه القوة فيشوه شكله.. ؟ إذا تفحصنا بدقة سنجد أن هذه الفتاة تحب نفسها، أو بمعنى أدق لا تحب إلا نفسها .. أى أن هناك حبا شديدا للذات لا يسمح بأى مشاعر تجاه الآخرين وذلك ما يعرف «بالنرجسية»..

من هو الانسان النرجسى.؟ الانسان النرجسى هو الذى لم تتح له فرصة أن يحب الآخرين .. وذلك لأن الآخرين لم يقدموا أى حب.. أن ذلك يرجع إلى مرحلة مبكرة من العمر .. فى الطفولة.. حين تعرضت مشاعر الطفل وعواطفه إلى الايذاء.. فعواطف الطفل تجاه الآخرين تتكون من خلال عواطفهم نحوه.. فهو يحب أن يتلقى الحب أولا.. الحب غير المشروط.. ويجىء هذا الحب فى صورة الاهتمام والترحيب به.. ويجب أن يدعم هذا باستمرار ليتأكد من هذا الحب.. فإذا شعر بالاطمئنان فإنه يبادلهم الحب حتى يضمن استمرار عطائهم.. وبذلك يشعر بذاته كيانا مستقلا يأخذ ويعطى فى علاقة تبادلية عادلة.. يأخذ حبا ويعطى حبا.. والحب معناه أنه لن يتعرض للايذاء.. لن تجرح مشاعره.. وبذلك لن يحتاج إلى أن يأخذ موقفا دفاعيا يشعر معه بالتهديد المستمر.. إذا تعرض الطفل للاهمال العاطفى وجرحت مشاعره شعر بالتهديد.. ولهذا يجب أن يدافع باستمرار وتوجيه كل

طاقات الحب نحو نفسه.. وكأنه يقول : إذا لم تحبوني فإنني سوف أحب نفسي.. واستطرد يقول : لو أحببت شخصا آخر فإن ذلك سوف يعرضني للايذاء.. ولهذا فلن أحب أحدا إلا نفسي.. هذه النرجسية مع ما تحمله من حب لنفسه فقط فإنها تعني أيضا أنه يحمل مشاعر العداء ضد المجتمع. مشاعر العداء التي تولد رغبة التحطيم.. ولأنه لا يستطيع ذلك فإنه يوجه هذا العداء إلى نفسه.. إيذاؤه لذاته هو رمز لرغبته الدفينة فى تحطيم الآخرين.. يا أيها الآخرون كم عانيت منكم.. عانيت صدكم وإهمالكم.. عانيت جحودكم وجمود عواطفكم.. تركتموني وحيدا عاريا تلسعني برودة شتاء حياتي المستمر.. تجمدت خطواتي ولم أستطع حتى أن أحبو نحوكم .. فجلست لخالي أرعاها وأغدق عليها حبا يواسيها.. حبا كنت أدخره لكم .. ولكن الويل لكم .. فبقدر حبي لنفسي بقدر كراهيتي لكم .. لكم العداء ولنفسي السلام.. وهذه نفسي أحطمها أمامكم لتعرفوا مدى فظاعة عدائي لكم ورغبتي فى تحطيمكم.. ذاتي أقسو عليها.. أؤذيها.. أشوهها رمزا ومعنى لرغبتي المكبوتة فى إيذائكم جميعا.. أنظروا إلى حتى تعرفوا ما أعانيه بسببكم وما أتمنى أن أفعله بكم .. أنظروا إلى يدى وهى تنزع شعرى فأشعر بالألم فأستمر حتى يتم التشويه فتهدأ نفسي لأنني حققت رغبتي فى الانتقام منكم ممثلين فى نفسي.

إذا أرهفنا السمع سنجد أنها وهى تنزع شعرها توجه نداء: تستصرخ من أجل الاهتمام.. من أجل التعاطف.. من أجل أن تبادلهم ويبادلوها حبا بحب.

قالت :

أشعر بالرعب حين يغضب مني.. أتصور أنه سيتركني ولا يعود.. حين يغضب لانشغاله أعتقد أنه سئم لقائي.. حين ألقاه فأجده

متحفظا لا يبدى فرحة لرؤيتى ترتعد مشاعرى خشية ذبول حبه لى.

أعيش فى قلق مستمـر يزداد حدة مـع كل لقاء وكل فـراق.. بعد أن يمضى أحس بالسأم تجاه كل شىء.. تثـور أعصابى فيهرب الجميع من أمـامى .. تتملكنى رغبـة فى أن أعبث بوجهى.. أنظـر إلى أصـابعى فأجد آثار دمـاء فتزداد رغبتى إلى المزيد من وجهى.. أمنع نفسـى حتى احتفظ بجمال وجهى له .. ولكن حين تكتئـب نفسـى بشدة لا أستطيع أن أقاوم واستمر فى إيذاء وجهى بدون وعى.. هذه الحالة تتكرر فى كل مرة نفترق فيها.

قالت :

هل تتصـــور وأنـــا فى العشرين من عمـــرى أعيـش مع أخت لى تصغرنى بثـلاث سنوات بمفردنـا.. أمى تركتنـا ونحن أطفال لتلحق برجل آخر.. عشنا مع أبى وهو كـاره للدنيا وكاره لنا.. تزوج وطلق ثم تزوج وطلق وتصـور فى النهاية اننـا وراء سبب عدم استقـراره فقرر هجرتنـا منذ عـامين إلى بلد بعيد ليجمع مـالا ويرسل لنـا منه الكثير.. انتقلنـا من بيتنـــا إلى بيت الجدة ثم إلى بيت العم ثـم إلى بيتنـا نعيش بمفردنا أنا وشقيقتى.. لم يهتم بنا احـد، ولم يفزع أقرباء الدم خشية أن نسىء استغلال حرية لم نسـع إليهـا.. وأسأنا استغلالها.. أرسلت إلى والـدى أخبره أننى سأتزوج وجـاء رده متأخرا بـالرفض بعـد أن كنت قـد تزوجت.. سئمت حيـاتى وكرهت نفسى وازدادت كـراهيتى لأبى وازددت حنقا على أمى.. إنســانة وحيدة أشعر بـالشفقة تجاهها هى أختى التى انزلقت أخيرا إلى نفس طريقى.

ومشكلتى الآن كما تـراها على وجهى.. وأنـا نصف نائمـة لا أرحم وجهى من أظـافـرى التى أتعمد إطـالتهـا.. لقد تشـوه وجهى تمامـا وجراح التجميل رفض مساعدتى إلا بعد أن أعالج نفسيا.

قالت :

رقم (٦) يشير إلى ترتيبى بين أشقائى وشقيقاتى.. ست أناث وثلاثة ذكور.. ولأن الحمل كان ثقيلا قرر والدى بعد ولادتى بشهر أن أعيش مع جدتى وخالى الأعزب.. تزوج خالى وماتت جدتى فانتقلت وأنا فى السادسة للحياة مع إحدى خالاتى التى حرمت من نعمة الأطفال.. وأنا فى العاشرة قرر والدى فجأة أن أنتقل معهم.. لم يرحب بى أخوتى وأخواتى.. ولمست برودا فى مشاعر أمى التى لم أشعر يوما أنها أمى.. أصابنى القيء لمدة سنة كاملة حار فيه الطب.. وأخيرا نصح طبيب بعودتى إلى بيت خالتى فتوقف القيء..

كان القيء يعاودنى فقط حين يجيء والدى لزيارتى فى بيت خالتى وأتوجس أنه قد يتنزعنى مرة أخرى منها.. سافر زوج خالتى فى إعارة، وكان على خالتى أن تلحق به، وكان على أن أعود إلى بيتى.. أى بيت أمى وأبى.. منذ ذلك الحين وكنت فى الرابعة عشرة من عمرى وحتى اليوم وأنا فى الخامسة والعشرين لم تتوقف أصابعى يوما عن العبث فى وجهى حتى الادماء.. وكما ترى فإن وجهى أصيب بتشوهات لا خلاص منها ولا رجعة عنها.. تنتابنى الحالة كلما جلست وحيدة.. عزائى فى وحدتى عبث أصابعى فى وجهى.. وحين لا أفعل أشعر بالاختناق.

ثلاثة نماذج لحالة إيذاء الذات عن طريق «تجريح الوجه» والخط المشترك بينها وهو إفتقاد الحب أو الشعور بالتهديد بفقد الحب.. وجذور الحالة ترجع إلى مرحلة الطفولة.. وهى لا تختلف فى مضمونها. هناك تشابه فى المضمون فى حالة «فقدان الشهية العصبى» وحالة «السمنة».. والجسد هنا هو ضحية الوجدان المضطرب.. جسد المريض نفسه هو الهدف القريب الذى يصوب ناحيته نيران العداء بغية تحطيمه.. ولكن فى الواقع ليس الهدف الحقيقى.. بل هو بديل الهدف المقصود بهذا العدوان. والمشكلة تبدأ

حين لم تلب الاحتيـاجات النفسيـة للطفل.. فكبت مشاعـره ولكن ظل هناك صراع يحوم حولها فى عقله الباطن.. حين كبر وتعرض لإحباطات مشـابهة تململت جـراحه القـديمـة وتضاعفت صراعـاتـه واشتعلت أعصابه بقلق عصابى أحدث توترا لا يهدأ إلا إذا انتزع شعره أو جرح وجهه أو أكل بشراهه أو امتنع تماما عن الطعام.

فكيف يكون العلاج ؟

العـلاج يبـدأ بأن نبحث عـن الجذور العميقـة لاحتيـاجـات هـذا الانسـان التى احبطت.. نبحث عن أسبـاب الاحباط والصراعـات التى عاشـهـا وكبتها.. العـلاج فى أن نكشف الغطاء وننظـر إلى الداخـل.. لو ساعدنـا المريض على أن يرى أعماقه فهذه هى بداية الطـريق.. البداية فى أن يتكون لـديه وعى بـالأسباب التى تختفى وراء هـذا العرض.. فى أن يعرف أنـه يعتدى على ذاته إنه إنسـان محبط لعدم اشباع رغبـاته واحتياجاتـه الأساسية فعاش وهـو يغلى من الداخل بصراعات سببت له قلقا.

والعلاج لا يهدف إلى إزالـة القلق ولكنه يهدف إلى تقـوية دفـاعات المريض ضـد القلق . أى أن يقـوى على السيطـرة.. العـلاج يهدف إلى ترتيب مقـابلات لـلانسان مع ذاته فتحـدث مواجهـة واقعية تضمن للانسان الرؤية الصحيحة لهذا الواقع وبالتالى يبدأ فى تكوين دفاعات صحيحـة وصحيـة.. وبذلك يستطيـع الانسان أن يسيطـر على قلقـه ويصفى صراعاته ويحقق تكيفا مجزيا له يشبع احتياجاته الوجدانية.

أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

طبق الطعام: إغراء لا يقاوم!

أنا ضعيفة أمام طبق الطعام!

إنه يناديني .. سواء كنت جائعة أو لا أشعر بالجوع.

كل مافى الأمر أن مقاومتى تنهار أمام طبق الطعام.. وهكذا أقبل عليه والتهمه.

هذه هى مشكلتى التى حاولت مرارا أن أحلها.. وفشلت.

وأخيرا .. قالوا لى إن بداية العلاج ستكون فى العيادة النفسية!!

بقدر مايمتلك مريض «فقدان الشهية العصبى» من إرادة وقدرة على الامتناع عن الطعام، فإن مريض السمنة يفتقد مثل هذه الارادة.. تذهب السيدة البدينة إلى الطبيب لكى يضع لها رجيما غذائيا، وتلح عليه فى أن يكون قاسيا.. وتتناول العديد من الأدوية لتساعدها على خفض وزنها.. ويتحقق لها بعض ما أرادت.. وينخفض وزنها تدريجيا.

ولكنها فجأة تفسد كل شىء وتلتهم فى مرة واحدة كميات هائلة من الطعام، ثم تهمل لفترة هذا الريجيم ويزداد وزنها مرة أخرى.. ثم تعود للطبيب آسفة ومتبرمة من وزنها راجية مرة أخرى وواعدة بأن تلتزم هذه المرة.

تتكرر هذه اللعبة عشرات المرات حتى تيأس لا من الرجيم، ولكن من نفسها.. وتعترف بأنها لا تستطيع أن تقاوم رغبتها العارمة فى الطعام وخاصة أصنافا معينة معروف انها تسهم فى زيادة الوزن..

بعد عدة محاولات من الطبيب المختص بمثل هذه الحالات يقوم بتحويلها للطبيب النفسى.. وتبدى السيدة أو الفتاة تعجبها.. فما علاقة الطب النفسى بالسمنة.

ولقد أكدت الأبحاث أن الانسانة البدينة تتمتع بسمات نفسية خاصة، وإن الزيادة فى الوزن تحدث نتيجة لعوامل نفسية.. ومن هنا تأتى مقاومة المريضة لخفض وزنها.. فبالرغم من أنها تظهر اخلاصا

ونيـة صــادقــة، إلا أن كل شـىء ينهـار فجأة.. ومن النــادر أن تنجح إنسانة بدينة فى خفض وزنها رغم ضيقها وتبرمها من شكلها..

قد تنجح أحيانا ويصل وزنها إلى حـد معقول : وتنتظم فى التزامها بنظام غذائى معين. ولكن فجأة أيضا تخل اخـلالا شديدا بهذا النظام، فتأكل ما تريد بنهم شديد.

ومعظم البدينات يؤكـدن ويقسمن أنهن يأكلن أقل القليل، وبالرغم من ذلك يـزداد وزنهن .. ولكن الحقيقـة غير ذلك. فالمشكلــة دائما هى فقدان السيطـرة التامــة وعدم القدرة على مقـاومة الـرغبة العــارمة فى الطعام .. انه ضعف إرادة كامل أمام الطعام.

ونعـود إلى مـريض فقـدان الشـهيـة العصبى فنـراه يتمتع بإرادة حـديديـة أمام الطعــام .. بينما مريض السمنــة ليست له إرادة أمــام الطعام.

المريض الأول : يبغى المحافظة.. ولهذا يمتنع عن الطعام..

والسؤال هنا : ماذا يبغى مريض السمنة إذن ؟

الاجابة : انه لا يبغى شيئـا ، ولكن الواضح أن السمنة ربما تحقق لـه توازنـا نفسيا يحتـاج إليـه ، أو تحميه من انهيـار نفسى .. أى أن السمنة تؤدى وظيفة لصــاحبها أو لصاحبتها .. ولهذا يتشبث بها رغم انـه يصرخ بعقلـه الواعى ويلعن بلســانــه ، أنــه يكره شكلـه البـدين ويسعى جديـا للبحث عن وسائل لعلاج سمنتــه.. ولكنه يفشل .. إذن هناك قوى أخرى تمنعه من تحقيق ما يـريه عقله الواعى وما ينطق به لســانــه .. هـذه القـوى مـوجـودة بكل تأكيـد فى عقلـه البــاطن .. فى اللاشعور.. قوى تبغى الحفــاظ على هذه السمنة من أجل الحفاظ على صاحبها وحمايته من الانهيار النفسى.

وهل يحدث اضطراب نفسى إذا بدأ الرجيم يؤتى ثماره .؟

كل الأبحاث أكـدت ذلك.. ففى أثناء فترة الــرجيم، ومع الانخفاض

الملموس فى الوزن، تكتئب المريضة.. تشعر بهبوط فى معنوياتها وفقدان للرغبة وبرود الاهتمامات.. وتشعر أيضا بحزن لا سبب له ..

● تقول لى مريضة : فى البداية كنت فرحة لنجاح خطة الرجيم.. انخفض وزنى بشكل سريع غير متوقع.. وجدت استحسانا وتشجيعا من الأهل والأصدقاء والطبيب، ومما زاد من حماسى واصرارى.. فرحت أكثر باسترداد إرادتى المسلوبة.. وفجأة داهمنى حزن مخيف.. وكأن الكيلو جرامات التى فقدها جسمى تجمعت وتكومت فوق صدرى.. أزعجنى اختفاء الفرحة.. حاولت أن استجمع نفسى واصطنع فرحة كلما وقفت فوق الميزان الذى كان يشير إلى نجاحى، ولكنى كنت أشعر بالتبلد وكأن الأمر لا يعنينى، وأن سيدة أخرى هى التى ينخفض وزنها ويتحسن شكلها .. لم أعد أرى أن وجهى بدأ يسترد جماله الحقيقى الذى كان مختفيا تحت الشحوم .. بل كنت أراه وقد اكتسى بالغم.. وأحسست اننى أعيش فى فراغ.. كأننى أعيش فى صحراء لا يتحرك فوقها إلا جسدى .. فشعرت بالعزلة .. وانتابتنى شتى المخاوف .. فأدركت اننى عرضت نفسى للضياع .. فاندفعت بجنون نحو الطعام .. أكلت بلا وعى .. يداى وعيناى وشفتاى ولسانى وحلقى.. الجميع اشترك فى مظاهرة حب وترحيب بالطعام.. كأننى قابلت حبيبا هدنى الشوق إليه.

فتشبثت به لا أريده أن يبتعد عنى .. حينئذ فقط بدأ الهدوء يعود إلى نفسى الحزينة، ليخفف من حزنها، ويقضى على عزلتها، ويذيب وحدتها.

انقذنى الطعام من الضياع.

● قالت لى مريضة أخرى :

مع كل كيلو جرام أنجح فى زحزحته بعيدا عن جسدى أشعر بمزيد من الثقة والطمأنينة، واتطلع بشغف إلى المرآة، وأتمنى أن أغمض

عينى ثم افتحهما وقد عدت رشيقة.. بهية الطلعة.

وبدأ الحلم يتحول إلى حقيقة واقعة حين اهتزت ملابسى فوق جسدى معلنة انها لم تعد تصلح لهذا الجسد الذى ابتعد عنها إلى الداخل، تاركا بينه وبينها مسافة مرئية، تؤكد أن قدرا كبيرا من الكيلو جرامات قد تم التخلص منه.

فى هذه اللحظة انتابتنى حالة قلقة عنيفة.. شعرت بالتشبث وعدم القدرة على التركيز.. أصبحت عصبيتى واضحة للجميع.. لم أكن أستطيع الاستقرار فى مكان واحد واستعصى على النوم.

المؤلم أننى أصبحت عدوانية أعامل الناس بقسوة وجفاء، حتى المقربون إلى نفسى.. المؤلم أكثر اننى شعرت بروح العداء تملأنى ضدهم دون ذنب اقترفوه فى حقى. كدت أن أنهار.. كاد القلق أن يحطمنى ... وبحس غريزى عرفت أين الدواء.. فاندفعت بدون روية إلى الطعام، وأكلت كل ما حرمت منه على مدى شهر.. وفى مرة واحدة أكلت من الكم ما أكلته على مدى هذا الشهر.. زال قلقى وكأننى ابتلعت كل المهدئات الموجودة فى العالم.

إذن هذه هى الحالة النفسية التى مر بها مريض السمنة حين يتجح الرجيم الغذائى فى خفض وزنه.. هذه هى الأعراض النفسية التى يشعر بها أثناء اتباعه للرجيم:

الاكتئاب .. القلق .. زيادة العدوان والعداء .. المخاوف .. الاحساس بالوحدة والعزلة والفراغ.. وأحيانا زيادة الرغبة الجنسية وخاصة عند النساء.

الطعام كان الدواء الذى أزال الاكتئاب والقلق.. وهذا يقربنا إلى فهم أهمية الطعام بالنسبة لمريض السمنة.

والقصة تبدأ منذ الطفولة.. وربما فى الأيام الأولى بعد الولادة.. فأول علاقة بالأم كانت عن طريق الفم.. وهو بعد لا يدرك ذاته

ولا يدرك انه انتقل من الرحم إلى العالم الخارجى تحركت شفتاه بحثا عن ثدى أمه.. تتحرك الرئتان فى البداية لاستنشاق أول نسمة هواء.. ثم تتحرك الحنجرة لاصدار أول صرخة بكاء احتفالا بنفسه لمجيئه.. ثم بعد ذلك تتحرك الشفتان.. وربما يجيء تحركهما استجابة لحركة داخلية غير مرئية من معدته.. وحين يلتقط الثدى بشفتيه يكف عن البكاء.. ثم إذا بكى بعد ذلك تحرك الثدى نحو فمه ليجده جاهزا لاستقباله.. ويصبح الطعام بذلك أحد العوامل الرئيسية والأولية التى تشكل العلاقة العاطفية بين الأم والطفل.. ويحتل الطعام مركزا هاما فى إزالة التوتر عند الطفل.. ويصبح أحد وسائل مكافأته لتأكيد سلوكه الحسن.. وفى كل المواقف التى يعانى منها الطفل لأى سبب، يكون الطعام هو الوسيلة لإزالة المعاناة.. ومع الوقت لا يستطيع الطفل أن يفرق بين حالة الجوع وبين الحالات الوجدانية المختلفة.. ففى كلتا الحالتين يجد أمامه الطعام.. الطعام لإزالة جوعه، والطعام لمعالجة الحالة الوجدانية التى يمر بها..

وبعد ذلك حين يكبر وحين يشعر بالخوف أو الاكتئاب أو الاثارة، يصبح هو الوسيلة لتهدئة هذه المشاعر .. بينما المفروض أن يكون الاحتياج التلقائى هو الاتصال الانسانى.. وبذلك يحل الطعام محل الاتصال الانسانى لتخفيف مشاعر الخوف والاكتئاب والاثارة.. التلبية الوجدانية تصبح عن طريق الطعام.. بينما المفروض أن يكون دور الطعام هو تلبية أحاسيس الجوع.

ذلك تؤكده لى المريضة حين تقول :

تزداد شراهتى حين أشعر بالاكتئاب.. حين تضطرب مشاعرى باليأس فيمتلكها.. فيحجب عنى الأمل فى أى شيء حتى ازهد الأمل ذاته ثم أنكر وجوده.. فتتراخى كل أجزاء جسدى إلا معدتى التى تموء وتتلوى.. فآكل فلا أشعر بشبع فاظل آكل وآكل.. يعبر الطعام من

فمى إلى حلقى إلى معدتى بدون أن أشعر بأى تذوق.. فلا أحد يتذوق الدواء وإنما يقذفه من فمه.

وربما كان سبب عدم قدرتى على التذوق هو اننى لا أكون فى حالة وعيى الكاملة.. إذن تلذذى لا يكون من فمى .. وإنما من معدتى حين تمتلىء وتمتلىء، وكأن مركز مقاومة الاكتئاب قد انتقل إلى معدتى.

● وتقول لى مريضة أخرى :

أعيش فى بيت يزخر بأفراده.. أعمل فى مكان يشبه خلية النحل.. ولكنى أشعر بالوحدة.. فانطلق إلى ناد يختنق بأعضائه.. لكن يتأكد احساسى بالوحدة.. فأشعر كأن شيئا يزأر داخلى.. شيئا يقرص معدتى فأشعر بألم لا يهدئه إلا الطعام.. ومن عجب ان آلامى حين تختفى يبتعد عنى الاحساس المرير بالوحدة، وكأننى وجدت فى الطعام صديقا ودودا يؤنس وحدتى.. أشعر به ككائن يقيم حوارا معى.

● تقول سيدة أخرى :

حين اصطدم فأثور.. حين تنزل أخبار سيئة على سمعى، فتثقل رأسى وترهق نفسى.. حين تتوتر أعصابى انتظارا وتحفزا.. حين تهتز الأرض تحت أقدامى فتنعدم ثقتى بنفسى.. فى هذه الأحوال لا يهدأ من ثورتى وقلقى وارهاقى إلا الطعام الذى أحقنه كمخدر لأعصابى، وكأن معدتى أصبحت المركز الذى يسيطر على الجهاز العصبى.

● الطعام فى هذه الحالات كان علاجا وتهدئة لآلام الاكتئاب والوحدة والاثارة.

كيف اكتسب الطعام هذا الدور؟

كيف ارتبط بالاضطرابات الوجدانية التى قد يمر بها الانسان وأصبح أسلوبا للتعامل مع هذه الاضطرابات؟

لعل هـذا الارتباط مـوجـود على مستوى العقـل الباطن.. ارتبـاط تكون فى مرحلة مبكرة من العمر.. وأكـدته الأم فى علاقتها بطفلها.. تلك العلاقـة التى كانت محكومـة بقلق الأم وعدم إحساسها بـالاطمئنان، ونوازعهـا النرجسيـة التى دفعتها إلى إطعـام طفلها ليصبح فى حـالة تشعر فيها بالفخر وتمتدح من أجلها.

وحين يكبر الطفل يصبح الطعـام وزيادة الـوزن يمثـلان دفاعـه الحصـين ضد مشـاعر الاكتئـاب والقلق والشعور بـالوحـدة وحالات الاثارة.

ولـذا تصبح كل محاولـة لتخفيـض الـوزن بمثـابـة تحطيم لهذه الدفاعات مما يعرضه للكآبة والقلق.

والتحليل النفسى يرجع السمنـة والافراط فى الطعام إلى صـدمة فى المرحلة الفميـة حين كان الطفل يتعامل مـع العالم ويدركـه من خلال فمه.. حين كانت اللذة لا تأتيـه إلا من الفم .. إذا تعرض الطفل لصدمة فى هـذه المرحلـة فى صـورة اهمال ونبذ وحـرمـان أو حتى فى صـورة ارضـاء زائد عن الحد، فإن هـذا الطفل يتثبت عنـد هذه المرحلـة.. أى يقف نمـوه النفسى عند المرحلـة الفميـة.. ويظل يتعامل ويتفـاعل مع العالم من خلال فمه، ولا يستشـعر أى لذة أو أى طمأنينة إلا من خلال فمه.. يصبح ما يلـوكه الفم من طعام هو مصدر احتياجـاته النفسية، وتصبح السمنة هـى رمز القوة التى تحميه من الآخرين.

هنـاك تحليل آخـر وهـو أن مـريـض السمنـة يعـانى من خـوف لا شعورى من إقامة علاقات اجتماعية.. انه يخشى الناس، ولذا يريد أن يتحاشـاهم.. ولذلك فإن السمنـة تبعده عن الناس، وتبعـد الناس عنه.

وعلى مستوى أعمق من ذلك، فهناك رغبة فى تحاشى الجنس الآخر بالـذات وعدم الرغبـة والخوف من إقامة عـلاقة جنسية معـه.. وهنا

يأتى دور السمنة فى إعاقة قيام مثل هذه العلاقة.

ولقد أجريت دراسات عديدة عن شخصية الانسان البدين.. وكلها اجمعت على أن هذه الشخصية تتمتع بهذه الصفات : حب الذات والعناد وعدم القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مرضية ومثمرة، وعدم النشاط والسلبية والحساسية الزائدة، وعدم النضج.. ولكنها تتسم بالذكاء المرتفع.

مريضة السمنة تعلم انها وهى تأكل وتأكل فإنها تزيد الأمور تعقيدا.. انها تلحق الضرر بنفسها عضويا بازدياد العبء على القلب، وتتصلب الشرايين، ويرتفع ضغط الدم، وينهك الكبد، وتتآكل المفاصل.. تعلم أن يزيد من تشويه صورتها فتتعرض للنقد وربما للسخرية ممن تجردت مشاعرهم من الذوق.. تعلم أن ذلك يزعج أمها ويقلل من فرصة الارتباط العاطفى، أو أن ذلك يضايق زوجها..

تعلم انها تسهم فى خلق جو من المشاعر السلبية حولها.. تعلم أن ذلك يضرها فى عملها.. تعلم أن ذلك يفسد علاقاتها الاجتماعية.

ورغم كل ذلك فأنها تأكل وتأكل.. وكأن احساسها تبلد ليأسها من استخدام ارادتها.. قد يشعر من يحيطون بها بالألم من أجلها والشفقة عليها، ولكنها لا تشعر بنفس القدر نحو نفسها .. وإذا أظهرت ألما فأنه يكون سطحيا، وكأنها تتلذ بتحطيم نفسها وتعذيبها، أو بتعذيب من يهمهم أمرها كالأم أو الحبيب أو الزوج.

انه انتحار لا شعورى.. وفى هذه الحالة يكون المريض محتاجا إلى من يحميه من نفسه.. يحميه من تحطيم ذاته.



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

الجـــوع.. هو الدواء..!

أخيرا.. انتصرت على جسدى لتبدأ معركتى مع أهلى !
لقد كان جسمي السمين سبب تعاستي.
وعرفت الحل :
الجوع هو الدواء . !
وانتصرت فى معركتى .. ونقص وزنى.. لتبدأ معركتى مع أهلى!!
انهم يحاولون تدمير حياتى : بالطعام
وقاومت.. ورفضت.. وابتدأ الصراع .. لينتهى فى عيادة الطبيب النفسي.

بزوايا حادة برزت كل عظام وجهها، فبدت عيونها غائرة ولكنها تلمع بنظرات تحد ورفض مسبق.. ورغم تخاذل الكتفين وتقوس الظهر وانسحاب الصدر إلا انها جلست بكبرياء معتدة بمظهرها الذى حرصت على أناقته.

سأرفض أى دواء تصفه لى فأنا لست مريضة.. أنا سليمة عقليا وجسديا.. وأما هذه السيدة (أشارت إلى أمها) فهى التى تحتاج إلى علاج لعقلها.. تريد أن تشوه جسدى بالطعام وأنا لن أسمح بذلك.. تريدنى أن أكون متضخمة مثلها ليسخر الناس منى وينفروا من شكلى. لن أحيد عن نظام التغذية الذى قررته لنفسى.. وبفضله وصلت إلى هذا الوزن المثالى.. أموت ولايزداد وزنى جراما واحدا.. أشعر بسعادة بالغة حين أنظر الآن إلى المرآة.. هكذا يجب أن أكون.. أبدو رشيقة متناسقة.. إذا كنت ترى غير ذلك فهذه مشكلتك .. هكذا أشعر بالوفاق مع نفسى.. هكذا تهدأ نفسى.. كنت من قبل أكره نفسى وأشمئز من جسدى.. كنت أخجل منه.. أتوارى عن الناس.. وقتها حقا كنت محتاجة لمساعدة من طبيب نفسى.. ما أسوأ أن يكره الانسان جسده.. ما أسوأ أن تمشى وتتحرك وروحك يحتويها جسد يثير نفورك.. وكانت عيون الناس تحمل كل المعانى المخجلة.. كان

جسدى يقف حاجزا بينى وبين الناس.. كان يمنع عنى حبهم واهتمامهم.. تظن أننى كنت أخشى النفور الجنسى من الشباب.. كلا وبكل صدق.. إن هذا الأمر لا يعنينى بالمرة.

أنا الآن راضية عن نفسى.. مشكلتى الوحيدة هى أمى.. تحاول أن تهدم كل ما بذل من جهد.. تريدنى أن أحشو معدتى بالطعام كما تفعل هى ليزداد وزنى.. إننى أعتبرها عدوتى لأنها تريد قتلى بمحاولاتها المستميتة معى. لقد كرهت جسدى حين كنت أنظر إليها، فأرى بطنها متدلية على مسافة منها.. كنت أموت غيظا وقلقا حينما أرى سيدة تسبقها بطنها.

وكنت ومازالت أعجب كيف تقبل إنسانة الحياة وهى على هذه الصورة.. لكى يحب إنسان الحياة يجب أولا أن يحب نفسه.. ولكى يحب نفسه يجب أن يرضى عن شكله.. يجب أن يقبل جسده الذى يحمل أفكاره ومشاعره.. بدون المرآة فإنك تكون علاقة مع جسدك.. تراه وتشعر به وتحدد موقفك منه.. إنه مرسوم فى عقلك ولهذا فإنك تراه وتدركه فى كل لحظة.. فإما أن تقبله وترضى عنه.. وإما أن تكرهه وتود الخلاص منه.

يكفينى ما أتناوله الآن من طعام.. أمى تراه غير كاف.. وأنت تراه مهلكا ولا يكفى طفلا رضيعا .. أنت ترانى نحيفة إلى الحد الذى يهددنى بالأمراض.. وأنا أشعر بنفسى ممتلئة طاقة وحيوية.. أنت ترانى دميمة لنحافتى وأنا أرى نفسى جميلة لرشاقتى.. والأهم ياسيدى هو كيف أرى أنا نفسى.. إنه جسدى أنا وليس جسدك أو جسد أمى.. إنه قرارى لا قرار أمى.. محاولات أمى سأقابلها بالعنف ويكفى ما نالنى منها .. ومحاولاتك ستبوء بالفشل لأنى لن أزيد من طعامى ولن أتناول أى دواء..

●●●

●● هى فتاة جامعية فى العشرين من عمرها.. جاءت بها أمها إلى العيادة النفسية بعد محاولات استمرت شهورا.. امتنعت عن الطعام تقريبا منذ أكثر من عام.. انخفض وزنها من ٦٥ كجم إلى ٣٨ كجم فى خلال هذا العام، فصارت كمومياء اكتست عظامها بطبقة من الجلد..

الحالة بدأت بتذمرها من وزنها الزائد.. أصبحت تكثر من النظر فى المرآة.. مزقت كل صورها.. بحثت بإصرار عن صور طفولتها.. هالها سمنتها الزائدة وهى طفلة.. ومن هنا بدأت توجه عدوانها تجاه أمها واتهمتها بأنها أفرطت فى إطعامها وهى طفلة حتى صارت بهذا الحجم.. أصبحت لا تكف عن مهاجمة أمها. ولأول مرة بدأت تتفوه بألفاظ جارحة وبشكل علنى أصبحت تنتقد أمها بسبب سمنتها.. ثم بدأت تمتنع عن الطعام.. لم تحاول استشارة طبيب أو اتباع نظام معروف لخفض الوزن وإنما توقفت عن الطعام تماما إلا من الماء وقليل من عصير الفواكه..

وانزعجت الأسرة لهذا القرار المفاجىء وفشلت كل محاولاتهم معها لاقناعها بخطورة ذلك على صحتها.. ومع الانخفاض السريع فى وزنها انقطعت الدورة الشهرية تماما.. ورغم الانخفاض الحاد فى وزنها إلا أنها كانت كثيرة الحركة والنشاط.. وبل إن نشاطها قد زاد عن ذى قبل.. والشىء المثير للدهشة انها كانت من وقت لآخر تندفع لتلتهم كميات كبيرة من الطعام، ولكن سرعان ما تفرغ كل محتويات معدتها بدفع أصبعها فى حلقها لتتقايأ ما أكلته..

ربما زاد قلق أسرتها أنها أدمنت تناول العقاقير المسهلة لكى تسرع من خفض وزنها. وساءت العلاقة بينها وبين أمها بوجه خاص، وكأنها كانت تتحدى أمها وتعاقبها بسلوكها هكذا..

أصبحت عنيدة إلى حد الشراسة.. تتمادى فى طلباتها وتصمم على الحصول على كل ما تريد حتى وإن أرهق ذلك أسرتها.. وكانت ثورتها

عنيفة إذا حدث تلكؤ فى الاستجابة لطلباتها المبالغ فيها.. أصبح هناك صراع دائم بينها وبين أمها يدور حول الطعام.

●●●

●● هذه الفتاة تعانى من حالة تعرف فى الطب النفسى باسم «فقدان الشهية العصبى».

والحالة ليست فقدانا للشهية بقدر ما هى رفض للطعام.. فهى تشعر بآلام الجوع ولكنها بإصرار قوى مثير للدهشة تمتنع تماما عن الطعام إلا من كميات ضئيلة للغاية غالبا ما تكون فى صورة سوائل..

وقد يكون وزنها معقولا ، ولكنها ترى نفسها سمينة.. إذن المشكلة هنا فى إدراكها ومفهومها لصورة جسمها.. أى أن هناك خللا فى صورتها عن نفسها.. صورة مستقرها المخ.. الانسان يرى نفسه من خلال هذه الصورة المرسومة فى المخ.. فهكذا ترى هى نفسها.. ولهذا فهناك اختبار يجرى فى مثل هذه الحالات يؤكد هذا المعنى.. وهو أن نطلب من المريض أن يرسم نفسه.. فإذا بالصورة التى يرسمها لنفسه تأتى أكبر من حجمه الحقيقى.. وهذا يوضح كيف يرى هو نفسه.. انه يراها أكبر من حجمه الحقيقى.. وبالتالى فحسب تصوره هذا فإنه يرغب فى تخفيض وزنه.

كيف نصنف هذه الحالة؟ هل هى مرض نفسى أم مرض عقلى؟

إلى الآن لا يوجد إتفاق .. فبعض العلماء يرى أن فقدان الشهية العصبى هو عرض هستيرى.. والبعض يراه عرضا لاكتئاب.. وفريق ثالث يعتقد انها حالة عقلية تعالج مثلما يعالج مرض الفصام..

بعض الأبحاث العضوية أكدت وجود خلل فى منطقة معينة فى المخ تعرف باسم «الهيبوثلاموس».. وبعض الباحثين وجدوا خللا فى الغدد التى تفرز الهورمونات.. ولكن يعتقد أن ذلك يحدث من أثر الامتناع عن الطعام.. ومن العلامات المميزة والمصاحبة لهذه الحالة انقطاع

الدورة الشهرية وظهور الشعر فى أماكن غير معتادة فى الجسم.

ونسبة حدوث هذه الحالة فى الفتيات أكثر بكثير من حدوثها فى الذكور.. وهى عادة تظهر فى سن المراهقة أو بعدها بقليل.. ولكنها لا تصيب البالغين أو كبار السن.

التحليل النفسى له وجهة نظر فى مثل هذه الحالات.. السمنة معناها الحمل.. والحمل ينشأ عن علاقة جنسية.. إذن هذه الحالة تظهر نتيجة لخوف لا شعورى من العلاقة الجنسية.

العلاقة الجنسية تشكل تهديدا فظيعا بالألم والاصابة والتشويه.. كما أن هذه العلاقة تمثل الخطيئة والإثم.. إذن فهى علاقة محاطة بالصراعات.. ولأنها تؤدى إلى الحمل الذى يجعل الأنثى تبدو فى حجم متضخم وخاصة فى منطقة البطن.. فإن نفورها ينمو وينتقل إلى خوف من السمنة.. ومحاولاتها لتخفيض وزنها هو درء الخطر والشبهة عن نفسها.. إذا أصبحت نحيلة فهذا يؤكد أنها ليست حاملاء وأنها لم تتعرض لتلك العلاقة مع الأم بالذات.. فالأم هى التى تحمل.. وهذا الحمل يؤكد حدوث تلك العلاقة الجنسية.. إذن الأم تذكرها باستمرار بأن هذا يمكن أن يحدث لها.. فإذا دفعتها أمها لتناول الطعام فإن هذا يعنى أن أمها تريد أن تعرضها لنفس المصير.

وبعض الحالات يصاحبها عرض غريب.. فبينما تمتنع المريضة عن الطعام فإنها تجبر أمها على تناول الطعام، وخاصة الأصناف التى تسبب السمنة وكأنها بذلك تعاقب أمها.

المثير للدهشة فى مثل هذه الحالات النادرة هو تلك القدرة الفائقة للمريضة فى الامتناع عن الطعام شبه الكامل لمدة طويلة. وهذا ما لا يقدر عليه أى إنسان سوى نفسيا وعقليا.. ومعنى الانسان السوى أنه يتمتع بالارادة.. بالقدرة على اتخاذ موقف.. بالقدرة على السيطرة.. بالقدرة على المثابرة والاستمرارية.. إلى مدى يستطيع هذا

الانسان السوى أن يمتنع عن الطعام لمدة طويلة؟ إن ذلك نراه فقط فى حالات الاضراب عن الطعام من أجل الدفاع عن مبدأ أو احتجاج ضد ظلم وقع على الانسان ولا يملك أى وسيلة أخرى للدفاع أو الاحتجاج..

إذن الايمان بمبدأ أو فكرة.. والنضال من أجل الحق، وضد الظلم، يجعل إرادة الانسان من حديد.. يجعله يطيق ما لا يحتمل من عذاب وإن هدد ذلك حياته .. إنها تلك الشحنة العاطفية التى تتوهج داخل الإنسان ، ليؤكد أنه إنسان صاحب مبدأ .. بذلك يؤكد أنه إنسان .. بذلك يعلو كثيرا فوق غرائزه المادية الملحة فى كل لحظة .. لا شىء يطفىء الغرائز أكثر من عاطفة قوية .. فالإيمان حالة وجدانية يتولد عنها طاقة تشكل إرادة الإنسان وتجعله قادرا على استخدامها فى أقوى صورها وإلى حد السيطرة التامة على الطاقات البيولوجية ..

إذن الغلبة للوجدان عند الإنسان المؤمن .. والهزيمة التامة تكون للغرائز .. هنا يسعد الإنسان بأروع الأحساس بذاته والإحساس بفاعليته وأنه صاحب موقف لايلين ولا يحيد عنه ..

هل هذا يحدث أيضا فى تلك الحالة المرضية..؟

لو تأملنا سلوك مريض فقدان الشهية العصبى نرى أنه اتخذ موقفا .. موقفا يتسم بالصلابة التامة.. لا يحيد ولا يتزحزح عنه .. إنه صراع من أجل السيطرة استطاع أن يحقق فيه انتصارا .. إنه جهد لا يلين من أجل النحافة .. وتحقق له ما أراد .. وبذلك تحقق له الإحساس بالذات والإحساس بالفاعلية .. وأنه استطاع أن يسيطر على أكثر الغرائز إلحاحا وقوة ..

هل هذا يحدث أيضا فى تلك الحالة المرضية.؟

لو تأملنا سلوك مريض فقدان الشهية العصبى نرى أنه اتخذ موقفا.. موقفا يتسم بالصلابة التامة. لا يحيد ولا يتزحزح عنه.. إنه

صراع من أجل السيطرة استطاع أن يحقق فيه انتصارا.. من أين له هذه القوة وهو المريض.؟

لعل ذلك يكشف عن مدى أهمية وتأثير صورة الجسم المختزنة فى المخ، وعن مدى ارتباط هذه الصورة بوجدان الانسان.. الطبيعى أن تكون هذه الصورة المرسومة بالداخل مطابقة للواقع.. أى تكون الصورة التى تراها عيون الناس هى نفس الصورة التى تراها أنت بالمرآة، وتكون مطابقة للصورة المرسومة فى الداخل.. وبذلك يكون إدراكك للواقع سليما.. أى أنك مرتبط بالواقع.. وهذا دليل السلامة العقلية..

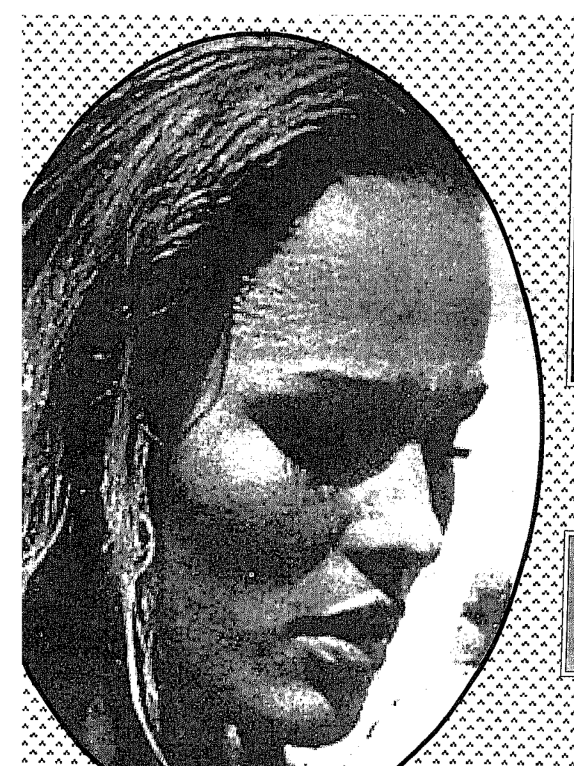
قد تكون غير سعيد بهذه الصورة كما فى حالة السمنة الزائدة أو النحافة الزائدة أو الطول الشديد أو القصر الشديد.. وقد تحاول أن تعدل فى شكل جسمك ـــ إذا أمكن ذلك ـ ولكن سلوكك سيكون داخل الاطار الطبيعى نظرا لارتباطك بالواقع.. فإذا أردت تخفيض وزنك نظرا للسمنة فإنك ستتوقف عند حد معين.. وستدرك أنت هذا الحد بشكله الحقيقى الذى يدركه الناس..

أما فى حالة فقدان الشهية العصبى فإن الأمر يكون مختلفا.. فهناك عدم إدراك للواقع نظرا للخلل الذى أصاب الصورة الداخلية، والتى تتضخم أكثر من الحقيقة..

إذن هناك انفصال بين الحقيقة أو الواقع، وبين صورة الجسم المرسومة فى المخ.. وذلك يؤدى إلى الانفصال عن الواقع.. فإذا وقف أمام المرآة ليرسم نفسه جاءت الصورة متضخمة أكبر من الحقيقة، لأنه رسم الصورة الداخلية وليس الصورة الحقيقية التى يعكسها على سطح المرآة.. وهنا تتولد تلك الشحنة العاطفية الهائلة لتخلق صراعا من أجل السيطرة على شهوة الطعام.. فيرفض الطعام.. أى أنه

أخـذ موقفـا.. والإصرار على الموقف يحتـاج إلى إرادة .. إرادة التحمل، وإرادة اللاستمرار من أجل تحقيق الهدف.

هـذا معنـاه أن مـريض فقـدان الشـهيـة العصبى يسـعى من أجل الاحسـاس بالـذات، ومن أجل الاحساس بـالفاعليـة من خلال جهـد لا يلين من أجل النحافة.. ويظل يذوى.. وقد يموت من شدة الضعف، ولكنــه لا يلين ولا يتراجع.. تماما مثل الـذى يدافع عن مبـدأ أو يحتج بـالاضطراب عن الطعـام.. كـلاهما له صـورة.. كـلاهما له هـدف.. كلاهما تحرك وجدانه ليشكل إرادتـه.. كلاهما لا يثنيه حتى الموت عن تحقيق هدفه.. ولكن .. احدهما بطـل والآخر مريض.. أو فلنطلق عليه المريض البطل.. ولنطلق على الحالـة البطـولـة المرضية إن جـاز هـذا التعبير !



أسرار البيوت فى العيادة النفسية

الجزء الثانى

أنفى الكبير.. يسد طريق حياتى!

أزواج وزوجات أمام الطبيب النفسى

فى حياة كل إنسان .. مشكلة تعذبه.

وفى حياتى مشكلة عجيبة .. تسد كل الطرق أمامى.. وتحيطنى بدائرة من العذاب.

إنها أنفى الكبير.

إنها عذابى الذى تلاحقه العيون.

ولذلك قررت أن أدخل غرفة العمليات لأستريح من هذا العذاب.

ولكن .. بأمر الجراح .. ذهبت إلى الطبيب النفسى.. لتبدأ هذه الرحلة مع أنفى الذى يعطل حياتى !!

●●●

●● لا أفهم لماذا أرسلنى جراح التجميل إليك..

طلب منى أن أرى طبيبا نفسيا قبل أن يوافق على اجراء جراحة التجميل فى وجهى.. وحين رفضت زيارتك هددنى بعدم اجراء الجراحة.. اجىء إليك وأنا غير مقتنع.. موافقته على اجراء الجراحة مرهونة بموافقتك، وأنا لا أدرى ماعلاقة الطب النفسى بمشكلة أنفى.

تسألنى عن مشكلتى !! وأنا أجيبك بأن مشكلتى ليست لها علاقة بتخصصك.. اهتماماتك هى مشاكل النفس، وأنا مشكلتى فى أنفى.. فكما ترى فإن أنفى كبير.. هناك عدم تناسق بين حجم أنفى وحجم وجهى.. ولذا فأنا أريد جراحة لتصغير حجم الأنف..

جراح التجميل غير مقتنع.. يؤكد لى أن حجم أنفى طبيعى وأن وجهى متناسق وأنه لا ضرورة للجراحة.. وحين واجه اصرارى حولنى إليك.. وأنا أريد حكمك العادل.. أنظر إلى وجهى.. أنظر إلى هذه الأنف الغليظة المتضخمة التى التهمت نصف مساحة وجهى.. أنظر كيف أبدو دميما قبيحا.. أنت تجاملنى ولا تريد أن تظهر اشمئزازك من قبح وجهى.. ولكن هذا الاشمئزاز أراه فى عيون كل الناس.. فى كل

مكان أذهب إليه أرى كل العيون تعلقت بوجهى.. أدير وجهى فتفاجئنى نظراتهم من اتجاه آخر.. أصد نظراتهم برفع يدى لتحجب أنفى وأسفل وجهى .. فتتحول نظراتهم إلى سخرية.. أهرع إلى أماكن لا يعرفنى فيها أحد.. ولكن من اللحظة الأولى يكتشفون مدى قبح وجهى.. لم أعد احتمل .. حياتى أصبحت جحيما.. لازمنى الشعور بالكآبة.. توقفت عن دراستى.. لم أعد أستطيع التركيز.. لن أفعل أى شىء فى حياتى إلا بعد أن تجروا لى الجراحة..

الجراحة أو الموت .. الموت أهون من أن أعيش قبيح الوجه.. الموت أهون من نظرات الاشمئزاز والسخرية.. الحياة لم يعد لها طعم.. لم أعد استمتع بأى شىء.. ما جدوى حياة تعيشها بوجه قبيح.. ما معنى حياة تعيشها وأنت محاصر بالعيون.. لقد فقدت قدرتى على رؤية وجوه الناس.. كل الوجوه تحولت إلى عيون.. صدقنى إن الناس تحولوا إلى عيون.. أمامى وخلفى وعلى كل جانب.. عيون.. عيون.

وحين أقرر الهروب واعتزل الناس فى بيتى تحاصرنى عيونى أنا.. لا أترك المرآة لحظة.. لا أستطيع مقاومة الابتعاد عن المرآة.. وضعت مرآة فى كل مكان فى البيت.. وفى حقيبتى أيضا مرآة.. وحين تجهد عيناى أتحسس أنفى بيدى.. أصابعى أصبحت قادرة على الرؤية.. بل اننى أستطيع أن أرى أنفى وأنا مغمض العينين.. أراها غليظة منتفخة تتوسط وجها أصبح كريه الطلعة.

أموت غيظا وحنقا حين تؤكد لى أمى أن أنفى طبيعية بل انها صغيرة الحجم.. لعلها ملت من كثرة سؤالى.. حين أراها أمامى أطلب منها أن تنظر إلى وجهى وأن تقول لى كم يبدو مشوها بهذه الأنف العجيبة..

أصدقائى أيضا يؤكدون كلام أمى.. أنهم يرون أن أنفى متناسقة تماما مع وجهى.. يالهم من كاذبين.. ذهبت إلى أكثر من جراح

تجميل.. رفضوا جميعا اجراء العملية.. يرونه أنفا طبيعيا

لا شك أنهم خائفون من نتائج العمليـة ولهذا يكذبون.. آخر جراح أرسلني إليك.. وأنا الآن أطلب رأيك.. إذا لم تكتب تقريـرا بالموافقة على اجـراء الجراحة فلن يكـون أمامـي إلا احد أمـرين : اما أن أحـاول أن أجرى الجراحة بنفسى أو أن أقتل نفسى.

إذا كنت حقا طبيبا نفسيا فارحمنى.. أرجوك أن تقدر مدى عذابى.

أريـد أن أشعـر أننى طبيعى مثل كل النـاس.. أريـد أن أرضى عن وجهى.. أريد أن أحب وجهى.. اننى أكـره هذا الوجـه.. وأصبحت أكره صاحبـه.. هل تفهم معنى أن تكره جـزءا من جسدك.. هل تفهم معنى أن تكره نفسك.. هل تفهم معنى أن ترفع رأسك إلى السماء فى كل وقت غاضبا متسائلا : لماذا خلقت هكذا.. لماذا أنـا بالذات.. أى ذنب اقترفته حتى استحق كل هذا العذاب.

هل تقبل أن تعيش مع إنسان تكرهه؟ مـا بالك إذن أن تكون كارها لنفسك.. كيف تعيش مع نفسك وأنت تكـرههـا.. كيف يعيش إنسـان وهو رافض لجزء من جسده؟

لكى يقبل إنســان أن يستمر فى الحيـاة لابـد أن يكون راضيـا عن جسده الذى يعيش ويتحرك به.. قد تقول لى كما قال غيرك من قبل أن روح الانســان أهم من شكله.. ولكننى اختلف معك ومع كل النـاس.. المهم فى البدايـة هو الشكل.. بشكلك تقترب من النـاس ويقتربون منك وبذلك تنشأ معهـم علاقة.. النـاس يقبلون أو يـرفضون شكلك أولا.. فإذا رفضـــوا شكلك رفضـوا كل شىء منك.. وإلا لماذا خلـق الله لنـا عيـونا.. خلقهـا لنـا لنـرى الشكل.. لنرى الجسـد.. خلق لنـا الأذنين لنسمع الأصوات ونقول إن هذا صـوت جميل وهذا صوت قبيح.. انك تضع أصـابعك فى أذنيك لتحميهما من الصوت القبيح.. وكـذلك تفعل العيون حين ترى منظرا قبيحا.

سوف تتحمل وزر موتى إذا لم تكتب لى التقرير با لموافقة.

●حـاول أن تسمعنى قبل أن أكتـب لك التقـريـر.. ولا تحاول أن تقـاطعنى حتى وان لم تتفق معى.. فأنا أعـرف مقدمـا انك لن تقتنع.. فا لمشكلة انه لا يوجـد عندك استبصار.. أى انك غير مستبصر بطبيعة حـالتك واصلهـا.. لـو كـان عنـدك استبصـار لاقتنعت بكـلام أمك وأصدقائك وبكلام جراحى التجميل.. أنت تراهم جميعا كاذبين لأنهم يرون أنفك طبيعيـة.. إذن فأنت ترى أنفك بشكل مختلـف.. كلهم وأنا معهم متفقـون على شـىء واحـد، وهـو أن أنفك طبيعيـة.. وهـذه هى المشكلـة.. والسبب فيها انك لا تـرى أنفك بعينيك، وإنما تراهـا بمخك الذى أصابه الاضطراب.. لو كنت تـراها بعينيك لرأيتها طبيعية مثلما نراها نحن.. أنت تعانى من حالة نفسية إسمها «اختلال الشكل»..

والعرض الأساسى فى هذا المرض هو أن فكرة خاطئة تسيطر عليك وتقتنع بها اقتناعا راسخـا.. فكرة تتعلق بشكلك.. أى تتعلق بجسدك.. ترى أن جزءا منه لـه شكل غير طبيعى.. أى انه إحساس بالقبح.. أنت فقط الـذى تـرى ذلك.. ولذا نقـول عنهـا «فكـرة خاطئـة» لأن احـدا لا يشاركك فيها.. ومهما حاولوا اقناعك بخطئك فلن تقتنع.. تصديقك للفكـرة راسخ.. بعـد ذلك تشعـر أن الآخـرين يلحظـون هـذا القبح.. ولـذلك يسيطـر عليك الاحسـاس بـالكآبـة.. لـدمـامتك وأن النـاس يلاحقونك بنظراتهم.

وهناك كثيرون يعـانون من مثل حـالتك. وكل يختار جـزءا يشكو منه.. الشفاة الغليظة أو الشفاة الرقيقة.. الذقن المدببة أو العريضة أو الطويلـة أو القصيرة.. الحواجب المرتفعـة أو المنخفضة أو المنفـرجة.. احـدهم يـرى أن يده اليمنـى أقصر من اليد اليسرى، أو أن لـه رجـلا أطـول من رجل.. أو أن لـه ذراعـا أغلـظ من ذراع.. فأقـوم بإحضـار مقيـاس وأثبت له التسـاوى بين يـديه أو ذراعيـه أو سـاقيه.. ولكنـه

يكذب المقياس.. ويكذب عيون كل الناس بما فيهم الأطباء المحايدون.. لا يصدق إلا نفسه .. يمد يـده أمامى على المكتب ويطلب منى أن أنظر بإمعـان.. فإذا لم أوافقـه أتهمنى امـا بـالكـذب أو بعـدم الـدقـة فى الملاحظة.. وجميعهم يطالبون بجراحة تجميلية لإصلاح القبح.

أعقد الحالات حين تكـون المشكلة تتعلق بالأعضاء التنـاسلية.. أى يرى الخلل فى شكل هذه الأعضاء.. ويطلب أيضا بجراحة لإصلاح هذا التشـوه المزعوم.. وأيضـا يهدد مثلك بأنـه سيقوم بـاجراء الجراحـة بنفسه لنفسه.

وتتوقف الحياة عند هـذه المشكلة.. تصبح قضيته ليل نهار.. ينام ويصحو على الفكـرة المسيطرة.. يهجـر عمله أو دراستـه.. يخرج من عيادة طبيب آخر.. يلاحق أفراد أسرتـه أو أصدقاءه بالأسئلة.. ونادرا ما يدرك أحد أن هناك مشكلة نفسية.

فى بعض الحالات قـد يكـون هنـاك اختـلاف ضئيل لا يـذكـر أو لا يلحظ فى حجم شكـل جـزء من جسمـه، ولكن حجـم إنشغـالـه لا يتناسب مع هذا الخلل.. فمعظم الناس لديهم عيوب فى الشكل.

وليس كل الناس يتمتعـون بجمال الشكل أو بالتنـاسق الكامل أو بالجاذبيـة.. بل أن بعض الناس يكون حظهم فى الشكل متـواضعا إلى حـد كبير.. ولكن كل إنسان طبيعى يألف شكلـه ويقبله.. كل إنسـان راض عن شكله مهما كـان هذا الشكل.. كل إنسـان يحب شكله ويجد من يحبونه بشكله هذا.

إذا تطلع إنسان إلى المرآة فإنه لا يتفحص تفـاصيل وجهه.. لاينظر إلى كل جزء على حدة، لا ينظر إلى النسب بين مكـونات وجهه.. انه يرى وجهه وحـدة واحدة.. يراه ككل وليـس كأجزاء متفرقـة.. وفى الحقيقة انه لا يـرى فقط وإنما يرى نفسه ككل.. يـرى وجهه مرتبطـا بجسده حتى وإن لم يظهر جسده فى المرآة.. يرى وجهه مرتبطا بمعنى اللحظة

التى يعيشها، كما يراه مرتبطا بمعنى كل اللحظات السابقة فى عمره.. يرى وجهه مرتبطا بكل عمره.. بمعنى أنه يرى وجوده كإنسان.

والانسان فى حقيقته جسد ونفس ملتحمان أو ذائبان فى كيان أو تكوين واحد.. والنفس هى الفكر والعاطفة.. ومن تفاعل هذا الكيان مع اللحظة ينبثق المعنى.. والمعنى هو تأكيد للحياة والوجود.. فالانسان يدرك حياته ويدرك وجوده من خلال المعنى.. هذه هى قضيته الأولى.. لذا فهو حين ينظر إلى المرآة فإن ادراكه يصل إلى أبعد من الأنف والشفاه والذقن والحاجبين.. انه يدرك معنى وجوده من الوجه ككل واتصاله ببقية جسده والتحامه مع نفسه..

إذن لا يوجد ادراك منفصل للجسد.. كما لا يوجد ادراك منفصل للنفس.. بل هناك ادراك للانسان.. ولكن ليس ادراكا مجردا.. بل هو ادراك للمعنى.. معنى اللحظة.. واللحظة متصلة بملايين اللحظات السابقة.. ولأنه عاش كل لحظات عمره بكل هذا الكيان الماثل أمامه فى المرآة (جسدا ونفسا) لذلك تكون هناك ألفة ومحبة مع هذا الكيان.. ألفة ومحبة تكونت خلال رحلة العمر منذ أن وعى ان له جسدا ونفسا.. ولذا فإنه إذا كان أنفه كبيرا حقا فإنه يراه كبيرا وليس غريبا، كما انه لايستطيع أن يرفض هذا الأنف الكبير.. كما انه لا يطلب تغييره أو تصغيره.. بل أن الفكرة تفزعه.. فهذا الأنف الكبير بدأ الرحلة مع كل هذا الكيان (جسدا ونفسا) فنشأ الانسجام وحدثت الألفة فذاب مع الكيان.. والقبول هنا للكيان ككل.. ولا يمكن أن يقبل البعض ويرفض الآخر.. ولذلك فهو يراه أنفا كبيرا ولكن لا يدركه كبيرا.. والفرق كبير بين الرؤية والادراك.. الرؤية هى شيء مجرد يتم عن طريق العينين.. اما الادراك فهو المعنى .. الاحساس.

والمعنى حالة عقلية داخلية تتم عن طريق الفكر والوجدان..

إذن حالتك هى خلل فى الادراك نشأ عن اضطراب الفكر والوجدان..

تبدأ عـادة الحالة فى سن المراهقـة أو بعدها وخـاصة بعـد حدوث التغيرات الفسيـولوجيـة المتـلاحقـة فى فترة المراهقة.. هـذه التغيرات تكون مفاجئة وسريعة ومتـلاحقة ومترتبطة بالجنس، ودور الانسان فى المجتمع وعلاقته بالجنس الآخر.. موقف المجتمع نفسه يتغير تجاه المراهق.. وبـذلك يتعـرض لهزة عنيفـة وخاصـة أن النمـو الجسـدى يسبق النمو النفسى فى تلك المرحلة من العمر.

الحالة تبدأ تدريجيا وقد يسبقها أو يصاحب بدايتها اختلال الانية واختـلال الـواقع.. الحالـة عـادة تصيب مـرتفعى الـذكـاء.. تصيب الانطوائى الخجول الحساس المحب للتأمل، خـاصة المتأمل لذاته، من ليس لـه اهتمامـات اجتماعيـة، فهو منصرف لنفسـه ينشـد الكمال : الكمال فى مظهره وأيضا فى دراسته أو فى عمله .. وقـد يكون موسوسا دقيقـا وأيضا مترددا.. المشكلـة فى الاصرار على الجراحـة.. وإذا اخطأ الجراح ووافق المريض وأجرى لـه الجراحة التى يريدهـا، فإن الحالة تسوء أكثـر.. فالجراحـة قد غيرت فى شكل العضـو ولكنها لم تغير فى ادراك المريض.. فلـذا فإن المريض يعود ويطـالب بجـراحة أخـرى.. وربما يطالب بجراحة لتعيد الوضـع الأول الذى كان عليه وذلك يؤكد غياب الاستبصـار النـاشىء عن خلل الادراك، نتيجة لاضطراب التفكير والوجدان.

هذه الحالـة قد تأتى مستقلة، تعتبر مـرضا مستقلا.. وقـد تكون مجرد عرض لمرض آخر، وخاصـة مرض الفصام «الشيزوفرينيا»..

●● وكما أن الانسـان يقبل شكلـه كما هـو، فإنـه يـدرك ويقبل الآخرين بنفس الطـريقة.. الانسان يقبـل ويدرك إنسانـا آخر كمعنى مرتبط بمعنـى وجوده هو نفسـه.. لذا فإن مشـاعر الحب والكـراهية لا تعتمد إطلاقا على الشكل.. حتـى فى الحالات التى يشعر فيها إنسان أنه أحـب إنسانا آخـر من أول نظرة.. فـإن مشاعر الحب هـذه ليست

مـرتبطـة بـالشكل.. ولكن الـذى حـدث أن هـذا الشكل ارتبط بمعنى محبب مختزن فى ذاكرتـه.. وحين رأى هذا الشكل ثارت لديـه مشاعر الحب المختزنة، والمرتبطـة بهذا المعنى المرتبط بهذا الشكل.. أنا أحبك هنا معناها اننى حين رأيتك أدركت المعنى الصادر عنك.. معنى أحببته قبل أن أراك.. وجئت أنت فجسدت هذا المعنى.

قالت له فى دلال غاضب :

انك لم تلحظ فستـانى الجديد رغم اننى أحـرص أن تكون عينـاك أول من تريان كل فستان جديد اشتريه.

قال بابتسامة حانية : حقيقة لم أره ولكننى أدركت معان..

قالت باستغراب : وهل للفساتين معان.

قال: بكل تأكيد.. فأنت التى اخترته بإحساسك حين وجدته ملائما متنـاسقـا جميلا على جسـدك.. وحين لبستـه تحول إلى معنى جميل لم يكن ليكتسبه لو رأيته منفصلا عنك.

سألته : وما المعنى الذى يجسده فستانى؟

أجاب : المعنى هو جمال احساسك.

رقم الايداع ٩٥١٥ / ٩٦
الترقيم الدولى I.S.B.N
977 - 08 - 0544 - 0



R.J. 600
رويال جيلى
كبسولات
١٠٠ ... ٢٠٠ ... ٦٠٠
رويال چيلى
كبسولات
مليئة
بالطاقة والحيوية
رويال چيلى
١٠٠
٢٠٠
٦٠٠
حيوية الجسم
للرياضيين والمجهود
حيوية الذاكرة
للطلاب والدارسين
حيوية الذهن
لرجال الأعمال والمفكرين
الينبوع الطبيعي للقوة والحيوية وزيادة الكفاءة والنشاط العام للجسم
رويال چيلى ... رمز الشباب الدائم ... لا يعترف بالشيخوخة ... لك ولأسرتك ...
من شركة فاركو للأدوية